

Il était une fois Milla Jasmine

*Un jour,
je serai célèbre*



● Éditions
EYROLLES

Il était une fois Milla
Jasmine

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Maquette et mise en pages : Florian Hue

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2021
ISBN : 978-2-416-00054-6

Il était une fois Milla
Jasmine

*Un jour,
je serai célèbre*

● Éditions
EYROLLES

SOMMAIRE

Prologue11

CHAPITRE 1

Un jour, je serai célèbre15

Définition de la loi de l'attraction 32

La loi de l'attraction
ou le pouvoir de la pensée 37

Les quatorze lois de l'Univers 42

Peter Pan 47

Changez de vocabulaire :
parlez positivement ! 54

Créez une pensée positive
pour vous remettre en marche ! 60

Pensez à vous 65





CHAPITRE 2

Parfois, les rêves se dissipent : comment les retrouver et y croire.....	67
Gardez vos rêves dans un coin de la tête!.....	82
La liste de vos rêves	88
Ne vous auto-condamnez pas	95
Vous le méritez : faites-vous confiance.....	96
Le pouvoir du « Oui » !.....	97



CHAPITRE 3

Les chemins de traverse	101
On ne questionne pas la route, on fixe le point d'arrivée	122
Calmez votre ego	128
Oubliez ce que vous pensiez savoir	129
L'action : apprendre à agir!.....	133



CHAPITRE 4

Le secret pour y arriver.....	137
Confidence	154
La mise en pratique de la loi de l'attraction.....	157
Les signes de la vie, une discussion avec l'Univers	168

Sommaire

Questionner l'Univers en cas de doutes	174
Ne vous impatientez pas.....	177
Pour aller plus loin : la méthode RPM!.....	177

CHAPITRE 5

L'aventurine et la téléralité	181
Accepter les échecs.....	199
Tenez bon!	202
Ne vous laissez pas pourrir	203

Conclusion

Ne sonnez pas la cloche	207
-------------------------------	-----

Remerciements	215
---------------------	-----

*« Si vous vivez un moment difficile, ne blâmez pas la vie.
Vous êtes juste en train de devenir plus fort. »*

Gandhi

PROLOGUE

Ce livre n'est pas un conte de fées, même s'il y ressemble. Il ne parle pas de chance, ni de miracles ou de hasard. Il parle de destin, du mien mais aussi du vôtre. J'ai écrit ce livre parce que je suis convaincue au plus profond de moi que nous sommes les acteurs de nos vies et que nous pouvons devenir la personne que nous rêvons d'être, uniquement par le pouvoir de la pensée. Oui ! Je le crois sincèrement ! Votre vie est le résultat de vos pensées. Croyez-le ou non, c'est la vérité. L'endroit où vous vous trouvez, le lit dans lequel vous dormez, la somme que vous avez sur votre compte en banque, la personne avec qui vous vivez, la voiture dans laquelle vous roulez, les habits que vous portez. Tout cela est le résultat de vos pensées. Le seul souci, c'est que vous l'ignorez. Je vous explique, le négatif attire le négatif. Quand vous êtes au plus bas, quand vous baissez les bras face aux difficultés, vous ne voyez pas la solution mais seulement le problème, et donc le peu de pensées positives



que vous aviez réussi à faire naître disparaît. Vous n'arrivez plus à vous projeter, à rêver. Et cela a des répercussions sur votre vie.

Je voudrais à travers ce livre vous raconter d'où je suis partie et vous montrer que vous pouvez y arriver et ce, peu importe où vous êtes à ce moment précis, peu importe votre âge et votre situation. Aucun obstacle ne peut vous arrêter, à part ceux que vous vous créez. Le secret, c'est d'y croire et d'y mettre tout son cœur. Ça paraît simple, et vous vous demandez si c'est une blague ? Mais non, vous ne vous êtes pas trompé de livre. Il existe bien une technique pour changer de vie et elle est à la portée de tous. Cela demande un peu d'entraînement. Il s'agit de reprogrammer son cerveau, d'adopter de nouvelles habitudes, de réorienter ses pensées et sans dépenser le moindre centime. Mais ne vous inquiétez pas, je vais vous dire comment faire.

J'ai appris avec les années que les déceptions, les rencontres, les échecs et les moments difficiles faisaient partie de l'apprentissage qui me mènerait à la grande porte de mes rêves. Et croyez-moi, sans ces erreurs, sans ces accrocs dans mon parcours, je n'aurais pas trouvé la clé.

Alors, n'ayez pas peur d'échouer.

De prendre un autre chemin, car c'est souvent le bon.

Un jour, j'ai lu une phrase qui disait : « Le lotus est une fleur qui pousse dans la boue. Plus elle est profonde et épaisse, plus la fleur du lotus sera belle. » Est-ce que vous commencez à comprendre ?

J'ai à cœur de vous accompagner dans ce cheminement, qui n'a rien de sorcier, dans tous les sens du terme. J'espère que vous trouverez au fil des pages l'énergie que je tiens à vous transmettre. De toute évidence, si vous avez ouvert ce livre, c'est que vous êtes prêt et que vous le désirez. Ce n'est que le début, le premier jour de votre nouvelle vie.

CHAPITRE



**UN JOUR,
JE SERAI
CÉLÈBRE**

Tout commence dans les années 1990. 1998 très précisément et je viens de fêter mes 9 ans, je suis en CMI et la France vient de remporter la Coupe du monde. Ma mère, Florence, et mon beau-père, Alain, ferment définitivement les volets de la maison de mon enfance. Nous quittons Pignans, petit village du Var dans lequel j'ai grandi, pour nous installer en Angleterre, à Peterborough.

Nous sommes trois sœurs, Safia, Bérangère et moi, je suis la cadette, celle du milieu. J'ai également une « autre » grande sœur, Laura, qui est née de la première union de mon beau-père car nous sommes une famille recomposée. J'ai aussi un adorable petit frère, Thibault, qui a un an à ce moment-là.

J'ai le cœur en miettes. Avec ce déménagement, on m'arrache un bout de moi. Je suis tellement

triste durant le trajet qui nous mène dans le Cambridgeshire. C'est la dépression totale et la transition est rude : un matin, je me réveille dans le Sud de la France sous un soleil de plomb et le lendemain je m'endors dans un pays que je ne connais pas, où il fait gris et froid, en Grande-Bretagne.

Cette nouvelle vie est un choc, elle s'oppose à tout ce que nous venons de laisser. Un cauchemar à mon échelle d'enfant. Mais voilà, nous y sommes. Je prends la direction de l'école, je ne parle pas un mot d'anglais et en plus je dois porter un uniforme. Je déteste ça, j'ai l'impression que nous sommes tous des clones sans identité. Je suis encore bien trop jeune pour comprendre que cette indifférenciation a une signification et que le port d'uniformes permet d'éviter toute distinction sociale. Mais à ce moment-là, pour moi, c'est plutôt une punition. Porter des jupes est une punition. Je suis un garçon manqué. À Pignans, je mettais des pantalons larges, des tee-shirts larges et ça ne posait pas de problème à personne. Cet uniforme rouge, blanc et noir me colle à la peau au point de faire des allergies. Non, définitivement, ici, rien ne va ! Sans parler du *peanut butter* et de la *jelly*, dont les Anglais raffolent, écœurants !

Je ne comprends pas ce que nous faisons là, et ma petite soeur Bérengère non plus.

Ces premiers pas outre-Manche, nous les faisons toutes les deux, main dans la main. Mon petit frère est également avec nous, mais, à cette époque, il est encore tellement petit. Quant à mes deux grandes sœurs, Laura et Safia, elles ne sont pas avec nous. L'une fait l'expérience de vivre chez sa mère, l'autre chez notre père. Avec Bérengère, on en veut à nos parents et à la terre entière de nous avoir arrachées à notre village pour nous retrouver dans un pays où l'on ne parle pas la même langue. Plus de cigales pour chanter, plus de vélos pour foncer à travers champs, plus d'amis pour sortir et jouer, plus de ruisseaux dans lesquels attraper les têtards, plus de Shoraya, ma copine, avec qui je faisais les quatre cents coups, plus de sonnerie chez la voisine en s'enfuyant en rigolant, plus d'arbres à grimper pour cueillir des cerises. Plus de balançoire dans le jardin et plus de piscine pour se baigner. Mais heureusement, il est là. Il nous a suivis dans les cartons, il a traversé la mer avec nous. Qui ça ? Notre radiocassette rouge. Je l'ai reçu à mon anniversaire et ce cadeau a changé ma vie. Depuis plusieurs années, je ne le

lâche pas d'une semelle. Il me suit partout, dans la cuisine, le salon, ma chambre, même dans la salle de bains. Si je l'aime tant, c'est parce que j'écoute la radio et toutes mes chanteuses préférées, de Céline Dion à Whitney Houston, en passant par Mariah Carey. J'enregistre leurs tubes quand elles passent sur les ondes. Mais surtout, ce qui me plaît le plus, je m'amuse à m'enregistrer depuis le jour où ma sœur et moi avons découvert que c'était possible en appuyant simultanément sur les touches « Play » et « Rec ». Une véritable révolution. Mes journées consistent donc à glisser des cassettes dans la machine, à saisir mon micro et à monter sur scène, la scène étant notre canapé !

Alors c'est comme ça qu'en Angleterre, et parce qu'on ne se fait pas à cette nouvelle vie, notre radiocassette devient notre refuge. C'est elle qui nous divertit et qui nous relie à Pignans et à nos jeux d'avant. Nos après-midis tournent autour d'elle et se résument ainsi : on chante, on danse, on se déguise. On enregistre nos voix sur la radiocassette en improvisant des interviews ou en imitant des accents ou des camarades de classes. On fait des « shows » sur la bande originale de *Pretty Woman* devant ma mère, mon beau-père

et mon petit frère. Je dis nos après-midis parce qu'en Angleterre, nous quittons l'école à 15 h 20, et ça, c'est le bon côté des écoles anglaises. Une fois libres, nous explorons l'immense maison dans laquelle nous logeons. C'est même un manoir qui date des années 1800, tout en briques rouges avec des bow-windows, sans volets. Il est un peu flip-pant alors on se raconte des histoires de fantômes en passant d'une pièce à l'autre. Un jour, on trouve des vinyles de Madonna dans le grenier, certainement laissés à l'abandon par les anciens locataires. À nos yeux, ce trésor est une aubaine pour égayer nos spectacles! C'est de la folie. Surtout que ma mère nous autorise à investir le grenier : il deviendra notre loge et elle nous aide. On le réaménage avec des posters, des couvertures au sol, des costumes!

Ma petite sœur et moi, nous formons un duo solide. Je la protège comme si j'étais la plus grande de la fratrie, alors que je suis la cadette et que seulement treize mois nous séparent. Je la protège comme elle me protège. Bien que différentes physiquement, elle qui est aussi blonde que je suis brune, aussi discrète que je suis entreprenante. Elle devient officiellement ma meilleure

amie, ma seule amie. À partir de cet instant, nous faisons même un pacte, que nous appelons « Le pacte du Sud », celui de ne pas adresser la parole aux Anglais et plus particulièrement à nos petits camarades de classe. Un peu comme si c'était de leur faute ce qui nous arrivait.

C'est marrant, parce qu'aujourd'hui, je garde un souvenir très tendre des Anglais. De loin, c'est le peuple le plus gentil que j'ai connu. Il faut dire qu'avec les mois, les élèves font des efforts : ils nous offrent des gâteaux et tentent même de nous parler en français (dictionnaire à l'appui !) pour faire notre connaissance. Ils sont gentils et extrêmement bienveillants. Alors nous finissons par nous raviser et par nous ouvrir un peu. « Le pacte du Sud » existera toujours dans nos cœurs mais on est désormais d'accord pour se faire de nouveaux copains. Grâce à ces rapprochements, nous devenons rapidement bilingues en seulement six mois. Nous nous rendons aux anniversaires des uns et des autres, nous découvrons aussi la douceur des fêtes de Noël, d'Halloween, de l'hiver sous un ciel bas. Cette réconciliation concorde avec l'arrivée de Laura, notre grande sœur, qui décide de nous rejoindre au bout d'un an.

Avec la présence de Laura, la vie en Angleterre se réchauffe. Elle se mêle à nos jeux et adopte, elle aussi, la radiocassette. C'est comme ça que, quelques mois après son arrivée, nous nous retrouvons à jouer sur la terrasse à la lueur des beaux jours : elle en journaliste, moi en star. Ma petite sœur, bien sûr, est présente. Nous sommes toutes les trois assises sur les chaises en plastique de notre salon de jardin. Dans les années 1990, tout le monde a ce salon de jardin vert ou blanc. Ma grande sœur tient le micro virtuel et me pose des questions tout en me filmant avec le caméscope que mes parents viennent d'acquérir. C'est un de mes passe-temps favoris, faire de fausses interviews en vidéo ! Dans cette interview, je prends mon rôle à cœur : j'imagine que je suis une actrice connue à l'international, ce que je rêve de devenir. Je viens de recevoir mon premier Oscar, je plane sur un nuage de paillettes et sous des centaines de projecteurs. J'ai une imagination débordante. J'en fais des tonnes pour être convaincante ; après tout, je viens du Sud et je parle avec énergie. Je lui confie alors que la vie de star, ce n'est pas tous les jours facile, que ma famille me manque terriblement, que la promo du film se déroule à merveille et que j'adore mon public. Je lui parle aussi

de la vie aux États-Unis, de mon petit ami et de nos fiançailles. Malgré ma grande carrière, on a encore du mal à joindre les deux bouts. Voilà ce que je dis dans cette vidéo, mot pour mot.

Ma grande sœur Laura hoche la tête, enchaîne les questions. De temps à autre, pour que mes répliques sonnent toujours plus vraies, j'ajoute des mots en anglais. Ça fait bien de dire que mon quotidien est *very difficult* à gérer. J'envoie des baisers à mon cher et tendre et à mon public face caméra. Vraiment, je suis à fond dans ce que je dis, surtout maintenant que je parle anglais, j'en profite. Le caméscope de mes parents tourne toujours. Ce nouvel accessoire, qui complète notre panoplie de jeux, capte nos gestes et nos voix. C'est une vraie attraction mais surtout une vraie révélation. À cet instant, 9 ans ou pas, jeu ou pas jeu, je vis mon truc. J'ai des milliers d'images dans la tête et la sensation d'être cette star américaine dont je brosse le portrait.

Si je vous raconte tout ça, que je vous parle de ma radiocassette, de mes sœurs et de mon enfance, c'est parce que je n'ai rien perdu de cette scène que nous avons filmée. Je suis retombée dessus

récemment. Dix-huit ans plus tard précisément, je l'ai visionnée et les émotions se sont bousculées. D'abord, j'ai ri. J'ai ri parce que l'entrain de cette petite fille qui s'y croyait, qui tente de piquer les codes du show-business et qui replace ses cheveux comme si elle était invitée sur un plateau télé, est drôle et surprenant. Ensuite, j'ai été émue. Émue de constater qu'une partie de cette interview est vraie et s'est réalisée. Les États-Unis, le chéri, la télé. Incroyable. Un choc face aux propos de cette vidéo.

Bien sûr, il est plutôt commun de rêver de devenir chanteuse, actrice et célèbre, quand ce n'est pas maîtresse d'école, coiffeuse ou princesse. Mais le plus troublant, pour ma part, c'est qu'il ne s'agissait pas seulement d'un souhait mais bien d'une certitude. La nuance a son importance. Je n'ai jamais espéré devenir célèbre, je savais que je deviendrais célèbre. Ce n'est pas de la prétention, je ne saurais comment vous l'expliquer, mais je le savais au fond de moi, j'en étais convaincue. Le « comment j'allais le devenir » et le « quand » ne comptaient pas. L'essentiel était que je le savais.



“

*Je n'ai jamais espéré
devenir célèbre,
je savais
que je le deviendrais.*

”



Enfant, j'étais conditionnée à ça, ou plutôt je me suis conditionnée à ça. Je ne cherchais pas à provoquer ce destin, pour moi, ce destin m'appartenait déjà. Encore une fois, ce n'est pas de la prétention, attendez de lire la suite... Intérieurement, je me disais qu'il était impossible que ma vie prenne des allures de petite vie tranquille dans un pavillon, des enfants, du calme. Je ne renie en rien ce mode de vie, mais ce n'était pas ça la vie que j'espérais avoir.

Bien avant mes 10 ans, je me voyais déjà conduire une belle voiture, vivre dans une belle et grande maison. Je savais même à quoi allait ressembler chaque pièce. Je me voyais voyager aux quatre coins du monde, multiplier les interviews et les rencontres. Je voyais tout et, dans ma tête, je parlais au présent, comme si tout cela existait. Chaque nuit, avant de dormir, je passais deux à trois heures à visualiser mon avenir, mais au présent. Je le faisais aussi quand je me levais et plusieurs fois dans la journée. Je visualisais cette vie sans pour autant ne pas profiter de celle que je vivais. À 10 ans, on ne peut pas conduire, mais pour moi, ce que je vivais dans ma tête m'appartenait déjà.

Je ne savais pas à quel moment précis j'allais changer et connaître cette vie, la vivre en « vrai de vrai », ni dans quel domaine je m'épanouirais pour en arriver là. Je ne savais pas comment, par quels moyens et quels chemins j'y arriverais, mais je savais que j'y arriverais. Parce que dans ma tête, j'y arrivais déjà, il fallait juste que ça se matérialise.

Là où je souhaite en venir, c'est que nos rêves de gamins paraissent toujours un peu exagérés et empreints d'insouciance, mais en réalité, on ne devrait jamais les perdre. On ne devrait pas s'en moquer, renoncer ou les abandonner. On ne devrait pas se décourager sous prétexte que l'on chante faux ou que les places sont rares dans le milieu du cinéma, de l'aviation ou que sais-je encore ! Enfant, on rêve sans limite et sans contrainte, et c'est important, non ? On rêve d'être vétérinaire ou actrice, on rêve d'être footballeur ou archéologue, mais on finit toujours par étouffer nos désirs. Parce qu'on grandit, parce que la réalité et la maturité nous rattrapent, parce qu'on nous dit qu'il faut travailler à l'école, payer ses factures, vivre dans la réalité. On ne devrait pas abandonner nos rêves, peu importe la réalité.

On devrait avancer, toujours, avec ce brin d'innocence et cette énergie qui font les vainqueurs. Vous souvenez-vous de votre enfance, de vos rêves d'enfant, de ceux que vous avez peut-être lâchés parce qu'ils paraissaient irréalisables ou trop grands pour vous ? Parce que d'autres personnes vous ont dit que vous n'y arriveriez jamais ?

Moi, je me faisais des films dans ma tête et j'y croyais dur comme fer ! J'ai été le genre d'enfant qui rêvait déjà d'une autre vie, j'ai été cette adolescente qui, en Angleterre, a découvert le magasin Claire's et les paillettes qu'on s'étale partout sur le visage, les bras, les épaules. J'ai été cette rêveuse qui, le soir avant de s'endormir, imaginait sa maison future avec sa piscine et son immense dressing. Les images étaient extrêmement précises. À chaque fois que je fermais les yeux, je me projetais, même si je n'avais aucune idée de ce que voulait dire « se projeter ». Simplement, je voyais tout. Ma vie à 16 ans, ma vie à 20 ans, ma vie à 30 ans. Je crois même que les images se sont affinées avec les années, parce que je regardais beaucoup de films hollywoodiens, ceux qui nous font rêver ! L'arrivée d'Internet a aussi changé la donne. J'ai nourri mon rêve en passant des heures

à regarder des photos de villas, de stars, de galas, que je pouvais moi-même choisir. Tout prenait forme : le décor de mon avenir était d'une clarté déconcertante.

J'ai été, aussi, cette jeune fille à l'école qui écrivait des « mots » dans les agendas des autres et qui signait : « Garde bien cette signature précieusement, car plus tard, je serai célèbre et elle vaudra de l'or ! » À chaque fois que je signais, j'étais sûre de moi. Je leur faisais croire que c'était un jeu, une blague à ne pas prendre au sérieux sinon je me serais faite lyncher, en passant pour une prétentieuse, mais intérieurement je me disais que « oui », un jour, cette signature laissée dans un cahier de texte aurait de l'importance. Même si je ne suis pas devenue Madonna, malgré tout, je suis sûre que cela doit faire sourire certains de mes camarades en tombant sur ce mot.

Mais bon, comme la plupart des gens, et peut-être comme vous, j'ai perdu mon étincelle en grandissant, la réalité et les problèmes de la vie m'ont vite rattrapée. Cependant, je crois que cette lueur n'a jamais vraiment disparu. Même si je ne prêtais plus attention à elle, elle ne s'est

jamais vraiment éteinte. Elle a toujours été là, dans un coin, même au fond d'un tiroir, invisible, silencieuse, à attendre que je revienne. J'ai eu des hauts et de vrais bas tout au long de mon parcours. Le contraire serait mentir. Il y a des jours où je m'en suis voulu d'avoir passé autant de temps à rêver, penser, espérer, croire en des choses que je n'aurais jamais. Au fond de moi, je n'entretenais plus cette flamme mais je m'accrochais sans savoir à quoi, sans savoir la suite, en espérant qu'un jour ce serait différent. Je crois qu'en réalité, sans le savoir, le cordon qui me maintenait la tête hors de l'eau était l'espoir. Cette force me liait forcément à mes rêves enfouis : « La force, c'est de pouvoir regarder la douleur en face, lui sourire et continuer malgré ses coups à se tenir debout. » (*auteur inconnu*)

Mais quand je regarde cette vidéo de mon enfance, quand je me revois sur cette chaise verte en plastique trop large pour moi, je réalise que je pratiquais déjà, sans le savoir et dont j'ai eu connaissance bien plus tard, ce que l'on appelle la loi de l'attraction.