

# COSMOPOLITAN

JANVIER 2014 2€

**Sexe**  
Avec lui, c'est différent

ASTRO 2014  
**HAPPYSCOPE**  
tout ce qui va me rendre heureuse

Et vous, vous faites quoi ce soir ?  
42 couples répondent

**Quoi de neuf!**  
Mode, beauté, surprises : une année fantastique

**40**  
idées qui font chaud au cœur

*Hot hot hot*  
Nora Arneseder  
Marquise des Anges

**Instaglam!**  
Belle en 5 minutes

**Osez**  
C'est la meilleure façon d'ardancer

www.cosmopolitan.fr



## *J'envoie valser mon étiquette*

Je suis « la bonne élève » de la famille. La sérieuse, la studieuse, celle qui a du « potentiel ». Alors en sortant de Sciences Po, et même si ça ne me branche pas plus que ça, je prends un bon poste dans le marketing. Je me rassure en me disant que vu la conjoncture, ça ne se refuse pas. Mais très vite, l'évidence : ça, ce n'est pas moi. Je ne me sens à ma place que pendant les cours de théâtre que

je prends à côté. Là-bas je découvre le jeu des clowns : ceux qui s'émerveillent d'un rien, font rire malgré eux, tombent et se relèvent, toujours.

Il suffit d'un doigt cassé pour que tout s'accélère. Arrêt maladie, quand je reviens, je suis malheureuse, ici je vais dépérir, il faut que je quitte ce boulot. Mes proches sont paniqués : « Mais qu'est-ce que tu vas faire ? », « Avec le bagage que tu as, tu es folle... » Ils oublient combien j'ai travaillé pour ce diplôme, alors maintenant, je ne sais pas encore ce que je veux, mais je sais ce que je ne veux pas : être ce qu'on attend de moi, et me perdre en route. Malgré les mises en garde de mon entourage, malgré la crise économique, je demande une rupture conventionnelle. Je suis morte de trouille, mais je préfère ça à la tristesse sans fond. C'est ce premier pas qui est le plus dur : quand on ose être en accord avec ce que l'on veut, les choses s'enchaînent naturellement. Sur internet, je tombe sur le blog d'une enseignante en prépa qui s'est reconvertie dans le coaching. On peut donc changer de vie sans être complètement perchée ! De lien en lien j'arrive sur le site de l'École internationale du rire, qui propose d'appréhender la vie comme un jeu, de se soigner par le rire, de se recentrer sur la joie. Ça s'appelle la « rigologie » et ça colle exactement à ma vision de la vie. Le prochain stage est dans dix jours. Je fonce, et je casse ma tirelire pour y participer. Ça valait le coup : maintenant, je sais ce que je veux faire dans la vie. Je monte une asso, pêchetonbonheur.fr, et je trouve – miracle – une salle en région parisienne pour mes ateliers. Tout s'enchaîne. Avec certaines peurs, évidemment, mais surtout avec la fierté d'être tombée et de m'être relevée. *Louise* ●