

Géraldyne **Prévot-Gigant**

ROMAN BIEN-ÊTRE

# Écoute les signes que la vie t'envoie

Le roman initiatique  
des synchronicités



« Une histoire qui ouvre notre cœur et nous plonge  
dans la magie des coïncidences. »

Saverio Tomasella

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

« Une synchronicité, c'est une coïncidence qui a du sens pour celui qui en est témoin. Plus tu seras attentive aux synchronicités, plus tu pourras comprendre ce que la vie veut te dire. Les signes se manifestent souvent par séries et ils sont porteurs d'un même sens, quelque chose qui concerne ton évolution. Même le dalaï-lama est convaincu de l'aide des synchronicités. Il ne laisse pas les attentes entraver son chemin. »

Anna est en pleine rupture sentimentale et c'est décidé, elle ne retombera plus amoureuse ! Alors qu'elle se promène sans but dans les rues de Paris, elle entend le son envoûtant d'un bandonéon accompagnant la voix suave d'un chanteur argentin. Hypnotisée, elle pousse la porte qui semble mener à cette mélodie. Et soudain, Anna bascule dans un autre monde, celui du tango. Ce soir-là, elle comprend que sa vie ne sera plus jamais la même...

## INCLUS

Un guide pratique pour apprendre à percevoir et comprendre les coïncidences.

© Mathilde Vaccaro



**Géraldyne Prévot-Gigant** est psychopraticienne et fondatrice des Groupes de Parole pour les Femmes®. Auteure chez Odile Jacob, elle est spécialiste de la question amoureuse, de l'accompagnement des hypersensibles et de la dépendance affective.

Préface de **Saverio Tomasella**, docteur en psychologie, chercheur et écrivain.

ISBN : 979-10-285-1310-8



9 791028 513108

**17 euros**  
Prix TTC France

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

design : Antartik  
couverture : © iStock  
RAYON : DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL





Écoute les  
signes que  
la vie t'envoie



Géraldyne **Prévot-Gigant**

# Écoute les signes que la vie t'envoie

Le roman initiatique  
des synchronicités

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

**<https://tinyurl.com/newsletterleduc>**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site : **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les  
réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Pascale Senk

Suivi éditorial : Anne-Valérie Guerber

Édition : Béatrice Le Rouzic

Correction : Marie-Laure Deveau

Maquette : Patrick Leleux PAO

© 2019 Leduc.s éditions

29, boulevard Raspail

75007 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1310-8



À ma mère  
À Andreas

« Il faut tenir le hasard pour un dieu et les dieux  
pour moins puissants que le hasard. »

Euripide, *Le Cyclope*

« L'amour qui meut le soleil et les autres étoiles. »

Dante, *La Divine Comédie*



# PRÉFACE

## **Une histoire qui ouvre notre cœur et nous plonge dans la magie des coïncidences.**

Il y a quelques jours, lors d'un dîner, une discussion très animée, rapidement passionnée, s'est engagée autour de l'idée que chacune et chacun se fait de la chance ou du hasard. Certains affirmaient que « la vie est faite de hasards », d'autres qu'« il n'y a pas de hasard », qu'« il faut saisir sa chance », d'autres encore que « tout est écrit », et un irréductible scientifique positiviste soutenait que tout cela n'est que superstitions, qu'il vaut mieux s'en tenir aux faits et ne s'appuyer que sur la rationalité. Dans le groupe, personne n'était d'accord ; chacun exprimait avec conviction sa vision des choses. De plus en plus, se dessinait la manière dont chacun vivait sa vie, lui donnait une explication plausible, cherchait à justifier ses choix ou non-choix de vie. En fait, cela prouve très clairement que nos croyances conditionnent notre existence autant que la lecture que nous en faisons, donc aussi notre façon de l'orienter et de la vivre.

Bien sûr, dans l'absolu, il n'y a pas de croyance meilleure qu'une autre. Chacun(e) est libre de croire ce qui lui correspond le mieux ou ce qui l'aide le plus à vivre. Seulement, peut-être qu'il vaut mieux connaître les croyances qui gouvernent nos vies, pour vivre le plus possible en accord avec nous-mêmes et créer une existence qui nous ressemble.

Un bon roman « bien-être » (bien naître) est un vrai conte de fées. Géraldyne Prévot-Gigant réussit ce pari de raconter, à travers une histoire pétillante et pleine d'entrain, comment une jeune femme, Anna, parvient à transformer son existence, plutôt morne et décevante, en se révélant progressivement à elle-même. Une cascade de révélations prend forme à travers un magnifique rêve récurrent, qui se précise, s'enrichit et se développe au fil des nuits, grâce aussi à des rencontres que la vie lui propose et qui la mènent vers la réalisation de ses souhaits, puisqu'elle se met à écouter les signes qui se présentent à elle.

Anna découvre la force tangible des coïncidences, ces synchronicités qui semblent se multiplier pour elle à partir du moment où elle en tient compte. Elle accepte de frayer avec de nouvelles personnes, parfois très différentes d'elle en apparence, mais qui la rejoignent et l'accompagnent dans sa quête, spontanément, sans forcément savoir qu'elles le font, car tout se passe comme dans un songe, justement, alors que les fragments des rêves nocturnes paraissent, eux, d'une évidente réalité : plus vrais que vrais, créant un pont entre les océans.

Ainsi se mêlent plusieurs niveaux de réalité, et les explications de physique quantique parsemées çà et là sont les bienvenues pour aider Anna à accepter de lâcher les explications

## PRÉFACE

ordinaires, décidément trop réductrices, et s'ouvrir à d'autres dimensions, beaucoup plus prometteuses. Ce passage vers une nouvelle manière de concevoir l'univers et ce qu'elle expérimente au fil des jours lui permet de se laisser aller à être elle-même, à oser son chemin et à *danser avec la vie*.

Oui, tout danse dans ce roman gonflé de jeunesse, de fraîcheur et de fougue. Le lecteur est emporté dans un tourbillon de sensualité débordante. Il participe, émerveillé, à l'accomplissement d'une destinée humaine à hauteur d'âme, lorsque Anna ouvre enfin les portes de son cœur, accepte de se respecter, de suivre son désir et de vivre l'amour en grand.

Ainsi, Anna découvre que plus elle est libre, plus elle devient créative, mieux elle vit sa formidable sensibilité et plus elle est heureuse, dans un cercle vertueux qui se met en place de lui-même, simplement parce qu'elle ose vraiment vivre. Oui, comme choisit de se le dire la jeune femme, « la vie vaut la joie d'être vécue » !

*Saverio Tomasella*



## PROLOGUE

### Un rêve pour une nouvelle vie

« **S**uis le chemin », murmure une voix venant de nulle part. « Suis le chemin... »

Une terre tantôt verte tantôt ocre, des glaciers, des lacs, des forêts à perte de vue. Des kilomètres d'une terre inconnue mais pourtant familière. Et puis soudain, un galop, un hennissement : un cheval.

Un cheval puissant au pelage blanc, d'une splendeur incomparable, qui galope sur cette terre luxuriante. Un cheval libre. Totalement libre.

Anna survole ce paysage magnifique, elle n'est que pur esprit. Elle est à la fois le cheval, la terre, les arbres, elle est dans le tout. Le temps est suspendu. Elle est émerveillée par tant de beauté et d'intemporalité.

Puis le cheval blanc s'arrête à quelques mètres d'un arbre, un chêne peut-être. Une énergie flamboyante s'en dégage,

son feuillage scintille, comme s'il était tout entier éclairé de l'intérieur. L'animal tourne autour du chêne, dont les branches bougent même en l'absence de vent : il accueille et honore le cheval immaculé.

Se superposent ensuite plusieurs images qui semblent n'avoir aucun lien les unes avec les autres : un mystérieux tissu noir, rouge et blanc, un pont comme celui de San Francisco, une rue en pente inondée de soleil, une petite boutique.

Et cette voix qui chuchote de nouveau : « Suis le chemin... Et souviens-toi ! »

\*\*\*

La sonnerie stridente du réveil retentit. Par réflexe, Anna chasse son Smartphone d'un revers de main, le faisant atterrir violemment sur le sol.

Il est 7 heures à Paris, et c'est encore un jour de pluie. Anna est étourdie par ce réveil tonitruant. Elle se sent lourde, très lourde, comme après un entraînement de natation, lorsque au moment de sortir de l'eau, le corps semble peser beaucoup plus qu'avant. Cette pesanteur lui donne envie de se rendormir.

Soudain, Anna se remémore son rêve. Surtout ce magnifique cheval blanc, elle est fascinée. Quelle beauté ! Et quelle lumière ! Anna n'a qu'une envie : retourner là-bas, dans son rêve. Elle s'y sentait si bien et c'était si beau. Quand elle pense à sa journée qui ressemblera certainement à toutes les autres, elle ressent un profond sentiment de lassitude.

Anna est graphiste. Elle travaille dans une agence de pub qui collabore principalement avec des entreprises automobiles, et les projets qu'on lui propose sont toujours un



peu les mêmes. Elle songe depuis longtemps à changer de métier pour enfin laisser s'exprimer complètement sa créativité. Mais elle a peur du changement, peur de trouver pire, peur d'être encore plus malheureuse. Chaque jour elle se dit qu'elle va passer à l'action, et chaque jour elle trouve un prétexte pour remettre ses projets au lendemain. Cette procrastination la poursuit depuis de nombreux mois, mais rien n'y fait, elle ne trouve pas l'énergie pour changer sa vie professionnelle.

Et puis elle pense à sa situation amoureuse. Laurent l'a quittée brusquement après trois ans de relation, dont deux de vie commune. Sans aucune explication, lâchement, il a pris ses affaires et il est sorti de la vie d'Anna. Quand elle est rentrée chez elle ce soir-là, elle n'a trouvé que le double des clés sur la table de la cuisine et un « excuse-moi » écrit en rouge sur un Post-it jaune. Sous le choc, elle a pensé à un truc bête : du rouge sur du papier jaune... Pour être certain que je voie le papier ou pour souligner l'urgence du départ ? Puis Anna s'est effondrée en larmes. Choquée par le geste de Laurent, aussi soudain qu'incompréhensible, tremblante de chagrin, elle a composé le numéro de Mathilde, la seule à qui elle pouvait parler.

Mathilde, c'est la meilleure amie dont tout le monde rêve. Elle est belle, flamboyante, forte, courageuse, dotée d'un humour dévastateur à vous faire oublier en une fraction de seconde vos galères du moment. La quarantaine pulpeuse, Mathilde est un cocktail explosif de générosité et de sensualité. Dans le petit groupe d'amis dont Anna fait partie, elle maternelle tout le monde. C'est elle que l'on appelle quand ça va mal. Et quand on appelle Mathilde, elle accourt : « Quoi ?! Mais pourquoi ? s'était exclamée Mathilde lorsque Anna avait

enfin pu articuler trois mots au téléphone. Mais il est taré ! On ne fait pas ça ! On s'explique avant ! Bouge pas, j'arrive ! »

Mathilde avait tant bien que mal consolé Anna, cherchant les mots justes, bien difficiles à trouver dans ce genre de circonstance. Elle était restée toute la nuit, tenant la main de son amie, épongeant ses larmes et remplissant régulièrement leurs verres : « Dans des moments pareils, quitte à se sentir une vraie serpillière, autant vivre la situation avec classe : champagne oblige ! Santé, ma chérie ! »

Anna vivait seule depuis des mois, et chaque matin elle ne pouvait s'empêcher de penser au départ de Laurent. Sans nouvelles de lui, elle cherchait à comprendre l'inexplicable. Ce n'est pas faute d'avoir tenté de le joindre des centaines de fois par téléphone ou par mail, par tchat, ou en contactant ses amis, sa famille. Rien. Un silence assourdissant.

Quelques jours auparavant, Anna était tombée par hasard sur un article en ligne dans la rubrique psy d'un magazine féminin : « Larguée, sans nouvelles de lui ? Vous êtes ghostée. » Elle avait dévoré l'article, ressentant à la fois soulagement et effroi. L'article détaillait cette situation de plus en plus fréquente et qui peut arriver aussi bien après trois mois de relation qu'après trois ans. Le partenaire s'en va du jour au lendemain sans donner aucune explication. La reconstruction de la personne larguée peut prendre énormément de temps.

Après la lecture de l'article, Anna avait enfin pu mettre des mots sur ce qui s'était passé, à défaut de connaître les raisons du départ de Laurent. Elle avait aussi ressenti de l'effroi à l'idée que d'autres personnes étaient en train de vivre au même moment une tragédie amoureuse identique à la sienne.

Encore dans son lit, Anna peine à quitter ce rêve qui l'enveloppe de chaleur et de légèreté. Alors que depuis plusieurs mois elle n'a ressenti qu'un vide austère et froid, ce matin est différent, vraiment différent. Et cela lui paraît bien étrange.

La sonnerie de l'arrivée d'un texto retentit. « Mais qu'est-ce que tu fous ??? Ça fait une heure qu'on t'attend !!! » Anna bondit de son lit. « Mince ! La réunion a été avancée. J'ai complètement oublié ! »

Elle fonce sous la douche et reprend le cours de sa vie. Elle oublie temporairement son rêve.



## CHAPITRE 1

### Quand une porte s'ouvre

**P**aris, 22 heures, Anna marche seule dans Paris. Il pleut, c'est l'automne et elle marche sans trop savoir où elle va. Elle est triste, profondément triste. « Encore ! Ça finit par être une habitude. » Elle rumine toujours le départ de Laurent.

Anna a trente-cinq ans, elle est brune, gracieuse, ses yeux profonds sont touchants car, pour qui sait regarder d'un peu plus près, on y devine douceur et générosité. Elle peut passer tour à tour pour une Italienne, une Espagnole, une Latino-Américaine. Anna est le fruit d'un métissage qui remonte à la nuit des temps.

Elle se sent seule, déconnectée des autres, déconnectée du monde. La vie n'a plus de sens pour elle. Étrange sensation : les passants ne remarquent pas sa présence. Anna a au fond d'elle une infinie tristesse et une profonde colère. Elle est déçue par l'amour, déçue par les hommes. Car l'échec de sa

relation avec Laurent est la suite d'une succession d'échecs amoureux. Ce soir-là, elle décide qu'elle ne vivra plus que pour elle et pour personne d'autre. Elle se jure qu'on ne l'y reprendra plus !

Paris peut être terriblement triste quand on a le cœur gros, ou merveilleusement romantique quand on est heureux. Mais ce soir-là, Anna n'a pas le cœur à apprécier la beauté de la Ville lumière. Son cœur est lourd, car son bilan amoureux est un désastre.

Alors elle marche. Elle marche pour oublier, pour transcender. Certains noient leur chagrin dans l'alcool. Anna, elle, le noie dans cette marche sous la pluie. Elle marche et marche encore. Au bout d'un moment, elle se demande quand elle va s'arrêter de marcher comme ça.

« C'est bizarre, cette impression que mes pieds me portent. Ça doit être la conséquence d'un truc hormonal, genre les endorphines, parce que là, franchement, avec cette tristesse, ce n'est pas possible de me sentir portée comme ça. »

Elle est plongée dans ses pensées lorsque son attention est soudain attirée par le son d'un bandonéon. Elle a toujours adoré les bandonéons. Elle ne sait pas trop pourquoi. « Oui, tiens, c'est étrange, ça. J'ai toujours adoré cet instrument. Mes parents n'écoutaient pas ce genre de musique pourtant. Mais d'où ça vient ? »

Le chant intense d'un homme faisant écho à un bandonéon. Puis des violons soulignant la mélodie. Anna en frissonne. Elle est saisie par une émotion inattendue. Elle décide de suivre la musique : « Est-ce une fête privée ? »

Elle pousse la lourde porte en bois d'un vieil immeuble haussmannien. Des gens parlent, boivent, fument dans une petite cour pavée.

Anna suit la musique et découvre un endroit magique et poétique.

Un endroit où l'on danse, un endroit où l'on aime. Une cinquantaine d'hommes et de femmes dansent enlacés sur un somptueux sol en bois. L'atmosphère est intimiste. Seul le chant romantique du chanteur se fait entendre, ainsi que le frôlement des chaussures sur le parquet. Les danseurs glissent avec une indéfinissable légèreté. En douceur mais avec intensité, ils dansent le tango argentin.

Robes magnifiques et éventails colorés, les danseuses sont toutes apprêtées comme pour un gala. Certains hommes portent des costumes trois-pièces, d'autres de larges pantalons comme on en confectionnait dans les années 1930. Les femmes sont toutes en talons hauts, et les hommes portent des chaussures de truands du temps de la prohibition.

Une femme aux épaules dénudées, coiffée à la Louise Brooks, s'adresse à Anna :

— Bonsoir. C'est la première fois que vous venez ? On ne vous a jamais vue par ici ? Approchez, entrez ! Vous voulez un verre de vin ?

Voyant l'air perdu d'Anna, le sosie de Louise Brooks répète sa question :

— C'est la première fois que vous venez ?

— Oui... Je passais par hasard. J'ai entendu la musique. Elle était si belle que je suis entrée. Mais c'est quoi ici ?

— Une milonga.

— Une quoi ?

— C'est un bal tango. Une soirée où les danseurs de tango argentin peuvent danser ensemble. Vous connaissez le tango argentin ?

— Oui... Heu, enfin non, pas vraiment. Je sais ce que c'est, mais en fait je n'y connais pas grand-chose.

— Écoutez, ça me fait plaisir de vous offrir l'entrée. Venez avec moi quelques instants.

Louise Brooks sort de sa guérite, et Anna découvre que cette femme porte une magnifique robe rouge pailletée, profondément échancrée dans le dos jusqu'au creux des reins. Anna est fascinée, d'autant que sa tenue favorite est principalement le jean-baskets.

Louise Brooks prend Anna par une main, de l'autre elle soulève un lourd rideau de velours rouge. Et là, on entre dans un autre temps. Un monde de beauté et d'harmonie.

Des hommes et des femmes dansent fiévreusement enlacés comme s'ils s'aimaient follement. La musique semble venir d'une autre époque. La foule des danseurs tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Ils tournent, ils dansent, ils flottent. C'est une vague d'amour. Une vague de couleurs. Une vague de sensualité.

« Vous pouvez vous asseoir et regarder si vous voulez », propose Louise Brooks.

Anna, bouleversée par la beauté de l'endroit, accepte sans prononcer un mot. Comment un tel endroit peut-il exister en plein Paris ? Des tentures rouges, des miroirs et des lumières feutrées créent une atmosphère étrange et fascinante. De petites tables rondes décorées de fleurs et de bougies sont disposées là, autour de la piste de danse.

Certaines femmes et certains hommes s'éventent entre deux danses à l'aide d'éventails assortis soit à leurs robes, soit à leurs chaussures.

La musique, quant à elle, provient d'un petit orchestre accompagnant un chanteur d'une beauté ténébreuse. Il



adresse des mots d'amour désespérés à une femme lointaine. Son regard est triste, et sa voix profonde et passionnée.

Anna est à la fois séduite par cette ambiance et incommodée par tout cet amour. « L'amour, encore l'amour, je ne veux plus en entendre parler ! » Elle se lève d'un bond. Louise Brooks étant revenue près d'elle lui bloque le passage.

— Vous partez déjà ?

— Oui, je suis désolée. Je ne sais pas ce que je fais là, c'est ridicule. Et puis tous ces couples ! Ça me donne la nausée.

— Ah ? Ça ne va pas côté cœur ? C'est ça ?

— Oui, on va dire ça.

— Mais, vous savez, ces gens ne sont pas tous en couple. Ils forment un couple le temps d'une tanda, comme on interprète un rôle sur scène.

— Une tanda ? C'est quoi ?

— C'est quatre tangos. Quand un danseur vous invite, il le fait pour une tanda, c'est-à-dire une série de quatre tangos. Vous devriez rester encore un peu. Je peux vous expliquer deux, trois choses à propos du tango. Et puis si vous avez envie de me parler de ce qui vous est arrivé... Vous savez les peines de cœur, ça me connaît.

— Je ne veux plus entendre parler d'amour !

— Mais vous accepterez peut-être d'entendre parler de danse.

— Ah oui ! C'est tellement beau ce que je découvre ce soir.

Louise Brooks ne peut s'empêcher de sourire en voyant le visage d'Anna s'illuminer.

— Auriez-vous déjà le virus avant d'avoir enfilé des chaussures de danse ? Ceux qui aiment le tango, ceux qui en découvrent les subtilités, ceux qui savent se laisser imprégner par cette danse, on dit qu'ils ont le virus. Ils sont comme contaminés par une passion qui peut, si on n'y prend pas

garde, être destructrice. En revanche, la passion du tango peut tout aussi bien radicalement changer votre vie.

— Alors parmi ces danseurs, il y en a qui s'aiment et d'autres pas ?

— Ça dépend ce que vous appelez « aimer ». On aime son partenaire le temps d'une tanda. On dit qu'une tanda est une histoire d'amour à elle toute seule. De vrais danseurs de tango, c'est-à-dire ceux qui vivent intensément leur danse, peuvent vous donner l'illusion qu'ils dansent le tango de leur vie. Ils peuvent vous donner l'illusion que ce partenaire est l'homme ou la femme de leur vie. Certains danseurs vous diront qu'ils sont capables d'aimer réellement leur partenaire le temps d'une tanda, c'est-à-dire environ un quart d'heure. Cela entraîne parfois bien des tensions entre les vrais amoureux quand ils se risquent à danser avec d'autres. Mais si vous me demandez s'il y a des amoureux et d'autres pas dans cette salle, je peux vous le dire.

Anna est fascinée par ce qui se dégage de ces couples. Chacun semble avoir sa propre histoire, alors que, selon Louise Brooks, ils ne partagent qu'un instant.

Anna commence à se détendre. La tête lui tourne agréablement : elle est grisée par le vin, le flot des danseurs, l'intensité de la musique. Depuis combien de temps est-elle sur cette chaise ? Elle n'en a pas la moindre idée.

Elle se décide tout de même à quitter à regret ce lieu magique. Elle demande à Louise Brooks :

— Pourrais-je revenir ?

— Bien entendu. Les soirées ont lieu uniquement le dernier samedi du mois.

— Ah... Je peux vous téléphoner pour être certaine que c'est bien le jour ?

— Le téléphone... Ça n'existe pas ici.  
— Vous n'avez pas le téléphone ?  
— Non. Mais cela semble vous étonner.  
— Oui ! Vous avez une adresse mail ?  
— Une quoi ?  
— Ben oui, un mail, pour vous écrire.  
— Je ne vois pas de quoi vous parler.  
— Vous ne savez pas ce qu'est un mail ?! s'exclame Anna complètement décontenancée.

— Non, pas vraiment. Bon, écoutez, vous n'aurez qu'à passer le dernier samedi de chaque mois.

— Savez-vous si je peux apprendre à danser le tango argentin ou bien est-ce réservé à une élite ?

— Bien sûr que vous pouvez apprendre !

— Vous avez un professeur à me recommander ?

— Je ne préfère pas. Vous savez ce qu'on dit : « Le maître arrive quand l'élève est prêt. » Bonne chance, au mois prochain !

Anna se retrouve en un rien de temps sur le trottoir, enivrée par cette merveilleuse rencontre avec le tango argentin. L'émerveillement, le trouble, la frustration et l'envie tournoient en elle.

Elle rentre chez elle en taxi, se remémorant cette soirée inattendue. Elle ne pense plus à Laurent, à son départ et à cette vie qui ne lui correspond pas. Seuls ce bal et la conversation avec Louise Brooks occupent ses pensées.

Anna ignore ce soir-là que sa vie est en train de prendre un nouveau tournant. Elle est loin de se douter des changements qui l'attendent.

\*\*\*

*Suis le chemin.*

Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



Écoute les signes que la vie t'envoie  
Géraldine Prévôt-Gigant



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

L E D U C . S  
P R A T I Q U E