

3 Septembre 2025
Nouveauté

dauphin
ÉDITIONS



DAUPHIN ÉDITIONS
43-45 rue de la Tombe-Issoire • 75014 Paris
Tél: 01 43 27 79 00 • Fax: 01 43 27 76 31
www.editionsdudauphin.com
Éditeur indépendant depuis 1935

Thèmes

Développement personnel

Positionnement / Cible

Tout public en quête de sens, de 25 à 50 ans

L'autrice

Rachel Colas



LE SECRET BIEN GARDÉ DES RÊVES RÉALISÉS

SAISIR L'OPPORTUNITÉ QUI PASSE OU SE LA CRÉER

Dans ce petit livre de développement personnel initiatique, l'autrice souhaite éveiller la conscience du lecteur sur les clefs intérieures essentielles pour concrétiser ses projets. Elle s'inspire de l'ouvrage *La bonne fortune* (best-seller) et d'un de ses précédents ouvrages : *Prêt à réaliser votre rêve. 7 règles d'or pour agir*.

L'histoire : afin d'illustrer la possibilité de réaliser ses rêves, la narratrice se lance dans le récit d'un conte « magique » qui détient des conseils de vie. Deux personnages entament une quête initiatique : la recherche d'un papillon rare. À chaque étape du conte, le lecteur trouve des enseignements en lien avec ce que vivent les personnages. À la fin de chaque chapitre, l'autrice met en avant ce qu'elle appelle des « révélations », dispensant des conseils concrets pour réaliser son rêve. Ils sont au nombre de sept :

1. Rêve imaginable, précis et clair ;
2. Procéder par étapes ;
3. Le rêve doit être unique, nous appartenir ;
4. Maintenir un état d'esprit positif ;
5. Rester libre d'action et de pensée ;
6. Être généreux ;
7. Transmettre l'enseignement procuré par le rêve.

Cadre en ressources humaines dans un groupe de télécom en Belgique, Rachel Colas, passionnée de psychologie, s'est formée en PNL (Programmation Neuro-Linguistique). Elle se consacre depuis une quinzaine d'années à l'écriture, écrivant des ouvrages de développement personnel (qu'il s'agisse de romans ou de livres pratiques). Elle réside à Namur, en Belgique.

POINTS FORTS

- Une expérience immersive, livrant des clefs de développement personnel.
- Petites histoires suivies de conseils.
- Le lecteur tire lui-même sa leçon à chaque étape du conte.

CONCURRENCE

- Marilyse Trécourt, *Ferme les yeux tu verras*, 2023, Eyrolles poche. 8 033 ex.
- Maud Ankaoua, *Respire !*, 2022, J'ai lu. 430 457 ex.
- John Strelechy, *Le café du bout du monde : Le roman initiatique pour trouver le sens à votre vie*, 2023, Leduc. 3 757 ex.

ISBN : 9782716318747
Format : 13 x 22
Pagination : 128 pages
Prix : 16 euros
Broché
Couverture provisoire



9 782716 318747

Table des matières

Le début d'une histoire

Quand les destins se croisent

Le conte

Saisir la chance qui passe ou se la créer

Éloigne tes doutes et trace ta route!

Parfois, les obstacles représentent un coup de pouce

Les rencontres ne sont jamais anodines

Je suis libre d'agir, guidé par le cœur ou par la peur

Crois en toi jusqu'au bout de tes rêves

Le retour

L'après-conte

*Écoute-moi, j'ai quelque chose à t'apprendre, écoute-toi,
tu as quelque chose à comprendre.*

*Ne retarde jamais ton bonheur, et vis ta vie,
car personne d'autre ne le fera à ta place*

Les sept révélations

Pour résumer

Un moyen mnémotechnique

Pour aller plus loin

Prêt à réaliser votre rêve?

Quelques citations à méditer

Des citations pour s'inspirer

Bibliographie de l'auteure

Ressources

Références

Remerciements

Quand les destins[★] se croisent

La vendeuse regarda une énième fois sa montre : dans moins de trois minutes, sa collègue prendrait le relais, lui permettant ainsi de bénéficier de sa pause-déjeuner. Elle en aurait sans aucun doute pour de longues minutes encore. Celle-ci n'était pas particulièrement connue pour sa ponctualité... Heureusement, seules deux clientes se trouvaient en cabine d'essayage...

Comme par un fait exprès, la cabine de gauche la sollicita pour un changement de taille, et de couleur. L'estomac gargouillant, elle s'efforça de sourire et s'en alla chercher la robe rouge désirée. Lorsque sa collègue arriva sans se presser, elle lui fourra dans les mains le vêtement avec pour unique indication : « Première cabine », et s'en alla d'un pas rapide sans se retourner. L'autre leva les épaules et se dirigea à son aise vers le salon d'essayage. Une main blanche accepta le vêtement avec un « merci » étouffé. Une lourde chaleur s'installait au fil des heures, accentuée par une climatisation défaillante, tandis que dehors, les signes d'un orage imminent devenaient perceptibles.

Après quelques minutes à peine, le rideau s'ouvrit, laissant apparaître une quadragénaire aux cheveux bruns avec un léger ombrage doré, coupés très courts. Ses yeux verts étaient mis en valeur par cette coupe très sobre. La robe rouge qu'elle essayait moulait en douceur ses formes généreuses. Avec un peu de maquillage pour masquer sa pâleur particulièrement prononcée, elle aurait pu sembler épanouie.

La femme s'observait dans le miroir de la cabine, reculant lentement pour se mirer dans son entièreté. Si elle se décidait à acheter cette magnifique robe, elle lui apporterait quelques modifications pour la rendre unique : plus courte de quelques centimètres, et avec le tissu restant en créer une ceinture drapée. Elle avait gardé une paire de chaussures très élégantes qui pourrait compléter la tenue... Consciente que cette dépense demeurerait une petite folie, celle-ci lui permettait d'insuffler du neuf dans sa vie, et cet achat marquerait ainsi le premier pas concret dans cette nouvelle direction. À cet instant, la seconde cliente sortit de sa cabine, en se mirant elle aussi. Elle avait choisi la même robe, mais de couleur verte. La vendeuse qui restait discrètement à disposition de ces dames admira la silhouette de celle-ci : une vraie Barbie avec ses longues boucles blondes qui lui tombaient jusque dans le bas du dos. Envieuse, elle imagina aussitôt que c'étaient tout au plus des extensions : des cheveux pareils, ça ne pouvait pas exister !

Il était temps pour elle de complimenter les clientes et de pousser à l'achat si besoin. C'est à ce moment-là que les deux femmes pivotèrent gracieusement vers elle, parfaitement synchronisées... Ce qu'elle découvrit

fut si imprévisible qu'elle ne put s'empêcher de s'exclamer : — Ah ben ça alors ! On ne peut nier que vous êtes sœurs toutes les deux ! Consciente d'avoir outrepassé ses fonctions, elle claqua la main sur sa bouche et se fit aussitôt discrète...

Surprises, les deux clientes se tournèrent l'une vers l'autre :

Deux paires d'yeux identiques s'observèrent en silence. La femme en rouge imagina que cette longue crinière blonde lui irait à ravir avec une taille en moins voire deux... Celle en vert s'admira avec ce style élégant et se visualisa dans quelques années...

La robe rouge parla en premier :

— C'est incroyable notre ressemblance ! Je n'ai pas de mots...

— Oui... Je n'en reviens pas... Nous sommes pratiquement pareilles hormis notre coiffure...

— Il doit y avoir une explication rationnelle. Beaucoup disent que nous possédons sept sosies dans le monde, mais à ce point, c'est assez... perturbant.

— J'aime beaucoup votre coupe courte : je me laisserais bien tenter un jour...

— Merci... Je n'étais pas convaincue de mon choix... Et vous, votre longue chevelure vous va à ravir. Je rêverais d'en détenir une aussi magnifique que la vôtre !

— C'est pour le besoin de mon métier... Une idée me vient... Une ressemblance pareille... Quelle est votre date de naissance ? Moi, c'est le 19 février 1979...

— Pas possible ! Comme moi !

— Voyons, serait-ce une coïncidence ? Jamais personne ne m'a mentionné une sœur disparue ou quoi que ce soit d'autre... réfléchit tout haut la blonde.

— Moi non plus ! Et d'ailleurs, je n'ai pas connu ma mère...

— Et moi, même chose : pas de père... c'est vraiment étrange...

— Le mien est décédé depuis quelque temps déjà. Je viens d'emménager il y a peu dans un appartement qu'il m'a légué, dans ce quartier précisément. C'est la première fois que je mets les pieds dans ce magasin à vrai dire...

Tout à coup, son discours fut interrompu par l'exclamation d'incrédulité de cette inconnue. Celle-ci la pointait du doigt et clignait un peu trop rapidement les yeux :

— Oh ! ... mais... votre pendentif ! Serait-ce possible ? La femme en rouge toucha instinctivement sa chaîne en or sur laquelle pendait un cœur. Elle s'approcha doucement, et présenta l'inscription : Cécile, le 19 février 1979.

— C'est mon collier de naissance. Je porte ce bijou depuis le moment où il m'a été remis par le notaire, ayant été retrouvé dans le coffre de mon père à la banque. Je ne l'avais jamais vu...

— Pas possible ! C'est incroyable ! Attendez... Je dois vous montrer quelque chose...

Elle se précipita dans sa cabine, ouvrit son cabas, fit tomber son contenu, repéra une pochette en organza, et la saisit d'un geste vif pour l'exhiber fièrement à ce drôle de clone d'elle-même :

— J'ai découvert ce pochon dans les affaires de ma mère. Elle est décédée, il y a à peine un mois. Cette perte demeure douloureuse : elle me manque tant ! Attendez... Voilà, regardez... un cœur semblable... sur lequel est inscrit également mon prénom, Joëlle et ma date de naissance... La même. Je voulais justement acheter une chaîne pour le porter... voilà pourquoi il se trouve dans mon sac...

Le conte★

Saisir la chance qui passe ou se la créer

Par une chaude fin de matinée, emplie du mélange enivrant des parfums de sel marin, de lavande et de jasmin, débutait une réunion exceptionnelle à l'Institut des Recherches scientifiques. Cette réunion se déroulait au premier étage, dans la toute nouvelle salle des cérémonies. Sir Grant avait convoqué les dix meilleurs savants du pays. Ils se tenaient debout devant lui tout ouïe, impatients de comprendre l'urgence qui les avait contraints à quitter leur travail sans explication.

— Merci d'avoir répondu à mon appel ! J'ai une excellente nouvelle à vous partager et l'heure est à la réjouissance ! Vous avez l'honneur d'être parmi les premiers à recevoir cette merveilleuse nouvelle ! Ce n'est que demain que notre nation sera informée de cette heureuse annonce : notre pays s'appête à accueillir son tout premier prince ou princesse ! Ce moment historique suscite une joie profonde et votre présence ici vous confère le statut de témoins privilégiés de cet événement mémorable !

Mais ce n'est pas tout ! Pour cette royale naissance, notre souverain nous prie de lui rapporter dans les six

mois un cadeau inestimable pour fêter la venue de cet héritier tant espéré au royaume. Naturellement, vous bénéficierez de tous les moyens nécessaires pour réussir votre mission. Sans oublier la reconnaissance du Roi qui, nul n'en doute, s'accompagnera d'une récompense digne de ce nom. Par ailleurs, une flotte se tient à votre disposition en ce moment même, prête à voguer sur les flots et vous attend. Qui veut vivre cette fabuleuse aventure ?

Tous commencèrent à parler en même temps. Certaines paroles virulentes fusaient ici et là : « Pour qui nous prend-on ? Des chasseurs de trésor ! Chercher quoi ? Nous ne recevons aucune consigne ! Six mois ? Faudrait être fou pour se lancer dans ces tribulations ? Requête trop vague. On se moque de nous. Et si on ne trouve rien ? Trop risqué ! Autre chose à faire... ».

Certains d'être comparés à des aventuriers, d'autres, vexés, quittèrent la pièce sans se retourner. Quelques-uns haussèrent les épaules et sortirent sans broncher. Deux autres n'avaient, en fait, rien écouté et calculaient mentalement, absorbés par leurs analyses. Sir Grant constata avec tristesse que certains portaient défaitistes avant l'heure, avant même d'imaginer une éventuelle participation et que d'autres voulaient subsister dans leurs habitudes sécurisantes. Pourtant, Dieu sait qu'ils se plaignaient de ne pas recevoir assez de liberté et qu'ils devaient demeurer enfermés dans leur laboratoire. Il leur était offert la possibilité de découvrir le monde, et ils la refusaient par peur du changement ou par peur de casser leur routine si rassurante. Il soupira intérieurement.

Ainsi, il ne resta plus que deux érudits : miss Abby Harper et sir Blake Knapp. Ce fut miss Harper qui prit la parole la première :

— Moi ! J'en suis ! Je sais tout à fait ce qui ferait plaisir à notre bon Roi ! C'est une évidence pour moi ! J'ai l'intention de lui rapporter le *Blue Mangala Papilionidae*. Il a été vu pour la dernière fois sur l'île de Chagnan dans le golfe de Mausy. Il demeure, à l'heure actuelle, l'espèce la plus remarquable de nos jours et la plus rare. C'est mon rêve le plus cher depuis que j'en connais son existence ! En réalité, depuis l'enfance ! C'est une chance inestimable pour moi. Merci pour cette occasion unique !

— Merci miss Harper ! Votre enthousiasme me ravit. Je vous octroie un vaisseau au nom prophétique « le Monarque ». Un parfait présage pour votre quête, n'est-ce pas ? Et vous, sir Knapp ?

— Pareil.

— Pouvez-vous préciser, s'il vous plaît ?

— Je trouve que c'est une excellente idée, ce papillon. Je serai le premier à le ramener au pays, affirma-t-il d'un air hautain et suffisant.

— Très bien. Chacun est libre de poursuivre son but comme il l'entend. Il n'y a aucune règle hormis revenir avec un trésor dans les six mois. Je vous assigne le vaisseau « L'intrépide ». Il vous correspond également, sir Knapp. Prenez chacun cette bourse pour vos frais et ce parchemin pour votre mission. Bon vent à vous deux !



Première révélation pour réaliser votre rêve

**Votre rêve doit être simple, clair, précis,
réalisable et imaginable.**

En étant de nature invraisemblable et hors réalité, votre rêve risque de se transformer en un échec et pire, de vous renvoyer une image négative de vous-même. L'objectif se doit d'être à portée humaine ou de le rendre à portée humaine. Un excellent moyen de le vérifier est d'imaginer votre rêve déjà réalisé dans votre vie : non seulement de le visualiser, mais encore de le ressentir dans votre corps.

** Restez attentif à repérer les occasions qui se manifestent à vous afin de vous accorder toutes les possibilités de concrétiser votre rêve. Parfois, certaines propositions ou offres qui se présentent peuvent se révéler être des chances cachées pour atteindre votre but.*

** Retenez aussi que si vous avez la liberté de saisir une opportunité, vous avez également tout le loisir de la créer vous-même en changeant vos habitudes ou en posant des actions !*

Éloigne tes doutes et trace ta route !

Sir Knapp se rendit directement au port. Il avait à cœur de partir le premier dans cette nouvelle aventure et de se donner toutes les chances de réussir. Son objectif consistait à, non seulement, dépasser cette greluche d'Harper, mais surtout, de prime abord, à obtenir la fameuse récompense, et plus encore. Ainsi pourrait-il rester à l'abri du besoin sans ne plus jamais devoir fournir un effort quelconque pour vivre. Il estimait en avoir accompli bien assez. Même si en réalité, il avait souvent profité de la bonté ou plutôt de la niaiserie de ses compères en s'emparant de leurs idées. Mais celles-ci n'appartiennent à personne, n'est-ce pas ? Sur ces réflexions, il arriva à destination.

Il fit la connaissance du capitaine qui le rassura tout de suite : le nom du golfe de Mausy ne lui était pas méconnu. Sans pour autant n'y être jamais allé, il disposait cependant de la toute dernière carte, et l'île de Chagnan y figurait. Il leur faudrait quelques semaines pour parvenir à bon port.

Rentré chez lui, sir Knapp prépara ses bagages à toute vitesse, pressé de partir. Ma foi, il possédait peu de choses à prendre pour cette mission... Il retira sa montre en or de son gousset qui lui venait de son père et la rangea délicatement dans son coffre.

Il ouvrit un tiroir de son bureau qui laissa apparaître des dizaines de montres. Pour chacune, un perdant au poker. Pour chacune, une fierté d'avoir le dessus sur l'autre même s'il trichait sans vergogne. Il en saisit

deux au hasard. Ainsi, qu'importe s'il en égarait une au cours du voyage.

En réalité, son impatience ne résidait pas dans le départ, mais dans le retour à venir ! Il se voyait déjà couvert d'or, reçu avec les honneurs, et devenir la coqueluche du roi et de ses courtisans. Oui, ce serait à ce moment précis qu'il réussirait cette mission ! En vérité, une simple formalité pour lui !

En fin d'après-midi, l'Intrépide quittait le port.



Deuxième révélation pour réaliser votre rêve

Il doit également être vérifiable dans le temps.

Ainsi, **procédez par étapes**, prenez le temps nécessaire pour recueillir les informations cruciales et élaborer les actions à mettre en œuvre. Visualisez chaque phase de votre parcours. Chacun des petits pas que vous entreprenez constitue un progrès significatif et vous rapproche de la concrétisation ultime de votre rêve.

** Éliminez vos doutes ou transformez-les en détermination. Cultivez votre confiance et entourez-vous de personnes qui vous soutiennent vous et votre projet.*

** Veillez à prodiguer les soins et l'attention indispensables à votre rêve, car il mérite d'être choyé tout autant que vous.*

★ Le secret bien gardé des rêves réalisés