

## Changer de vie, c'est le contraire de la fuite...

**Femme Actuelle :** Jusqu'à quel âge peut-on envisager le changement ?

**Luce Janin-Devillars :** Il n'est jamais trop tard pour changer de vie, à condition de ne pas confondre transformation et fantasme. Le fantasme est une parade dont nous avons besoin pour dépasser nos tensions, et mettre les compteurs à zéro. Il a sa place du côté des rêves nocturnes. La transformation, elle, implique le passage à l'acte. Du coup, elle implique la nécessité de partir de la réalité. C'est le contraire de la fuite ou du départ précipité.

**Femme Actuelle :** Quelles sont les règles pour réussir la "transformation" ?

**Luce Janin-Devillars :** Déjà, il faut avoir bien identifié son désir.



GILLES COUTIN

Puis, il faut être autonome, avoir la capacité à penser par soi-même. Ne pas escompter qu'une rencontre, amoureuse par exemple, décide de notre destin à notre place. Pour changer de vie, il faut déjà être capable de changer dans sa tête... Il faut se réconcilier avec le meilleur

de soi-même, ce noyau infantile qui n'a jamais cessé de croire que tout était possible.

**Femme Actuelle :** Pourquoi est-ce si difficile de réaliser ses rêves ?

**Luce Janin-Devillars :** Ce sont parfois des secrets de famille, de vilaines histoires qui nous interdisent d'aborder le changement dont nous rêvons. Par exemple, cet arrière-grand-père parti au loin à la recherche de nouvelles sensations qui laisse sur le carreau femme et enfants. La famille peut rester marquée par l'événement pendant des générations.

**Luce Janin-Devillars, psychanalyste, auteur de « Il n'est jamais trop tard pour changer sa vie », éditions de La Martinière.**