

**Entretien avec Éditions VIE**  
une marque de SIA OmniScriptum Publishing

**“Se Trouver, La clef du Bonheur”**

*Cher Pierre Villette, nous vous sommes très reconnaissants d'avoir pris le temps de partager vos idées avec nous.*

**> Quel est le principal domaine d'intérêt aujourd'hui et comment l'avez-vous choisi?**

Le domaine d'intérêt est le développement personnel et la libération émotionnelle pour accéder au bonheur. Je l'ai choisi parce qu'il fait partie de mon métier de coach, thérapeute et énergéticien.

**> Quels étaient vos objectifs et intentions dans ce livre, et dans quelle mesure pensez-vous les avoir atteints?**

Mon objectif était simplement de faire bénéficier au plus grand nombre les découvertes, techniques et outils développés au cours de mes recherches et consultations avec des résultats dépassant mes espérances. Il y a de nombreuses clefs explicatives et outils concrets pour évoluer personnellement et trouver le bonheur. Dans ce livre figure également des outils pour évoluer spirituellement, pour être en harmonie avec les lois qui régissent l'Univers et nous sommes à son image. Ceci afin d'être bien avec soi, aligné et c'est le secret du bonheur. J'apporte dans ce livre, les explications du pourquoi nous sommes trop souvent insatisfaits, et même quelque fois malheureux et je propose des outils concrets à utiliser soi-même pour en sortir, pour être heureux. Il y a de nombreuses techniques et méthodes pour aider et aussi de nombreux exercices à réaliser soi-même.

**> Quel était votre chapitre préféré (ou partie) à écrire et pourquoi?**

Mon chapitre préféré à écrire a été « Comprendre Ho'oponopono ». J'ai été accompagné d'une belle énergie durant l'écriture. Je pense aussi que c'est parce qu'il apporte vraiment quelque chose de puissant, facile à mettre en œuvre et que pour moi, c'est une des clefs du bonheur que c'est un de mes chapitres préférés. La philosophie d'Ho'oponopono fait partie de mes outils thérapeutiques de travail en cabinet. Je l'utilise beaucoup pour accompagner les personnes qui viennent à moi.

**> Parlez-nous un peu de votre travail de jour.**

Mon travail, en dehors de l'écriture et le partage de mes découvertes et d'accompagner les personnes pour qu'elles soient heureuses, qu'elles soient nettoyées des blessures émotionnelles du passé. J'exerce donc le métier de thérapeute mais je pratique aussi l'énergie, le Reiki, le Lahochi, le Maheo'o et le

Chamanisme, je fais des soins à mon cabinet et à distance. Je pratique également de nombreuses techniques de libérations émotionnelles avec l'EFT (Emotional Freedom Technique), la LMO (Libération par les mouvements oculaires), technique, la technique LPC (technique de libération des peurs inconscientes par le Corps), LOS (Libération orientée solution). Je suis l'inventeur de ces trois dernières techniques qui sont d'ailleurs expliquées dans le livre. Je pratique aussi l'hypnose, principalement pour la confiance, l'estime de soi et la congruence. Je pratique aussi d'autres outils comme le système PEAT, l'alignement énergétique, la PNL (Programmation Neuro Linguistique) qui représente avec Ho'oponopono la base de mes outils. J'explique aussi tout cela dans mon livre.

**> Pourriez-vous partager avec nous les meilleurs et les pires moments de votre carrière? Quel impact ont-ils eu sur votre vie?**

Ma carrière est constituée de plusieurs métiers exercés simultanément. J'ai commencé par la comptabilité, puis très vite j'ai voulu savoir ce qui se passait derrière les écrans et je suis devenu informaticien. En parallèle de mon travail d'informaticien j'ai exercé pendant 7 ans le métier de moniteur de plongée sous-marine en France, en Corse, en Espagne. J'ai accompagné et formé des plongeurs dans de nombreux autres pays, l'Egypte, la Thaïlande, les îles des caraïbes, Oman, le Mexique, les Maldives... Ensuite je me suis consacré à l'informatique pour exercer le métier de DSIO (Directeur des Systèmes d'Information et de l'Organisation).

Puis ma vie a basculé. Je vais vous raconter cette histoire incroyable.

J'étais parti en vacances seul dans les Vosges, dans un centre qui proposait de multiples activités, près de cent différentes. C'est incroyable une telle diversité. J'avais choisi pour mon premier jour les activités suivantes : zazen (pratique de méditation du bouddhisme Zen), acupuncture, management sourire, rock, salsa et je ne sais plus quoi d'autres. La journée se passe, c'était un lundi et je me rends compte que j'ai choisi seulement des activités à l'intérieur alors qu'il y avait un soleil radieux à l'extérieur et que les montagnes étaient magnifiques. En fin de journée, je choisis donc une activité de plein air : la randonnée Qi-Gong. Je ne connaissais pas du tout cette pratique de randonnée, je connaissais la marche afghane, la marche suédoise mais pas la marche Qi-Gong...

Le lendemain, mardi matin, je suis donc au rendez-vous de départ de la randonnée, nous étions une quinzaine de personnes. La marche commence et ça grimpe beaucoup, c'est la montagne. L'accompagnateur, Denis, nous apprend à respirer spécialement pour monter sans être essoufflé et sans fatigue.

Effectivement, en arrivant en haut de la montagne, pas de fatigue et pas de d'essoufflement et je me dis : « c'est sympa cette marche Qi-Gong pour marcher en montagne ». C'est alors que Denis viens vers moi et dit : « nous allons commencer la pratique ». Et moi interloqué, je réponds : « quelle pratique ? Nous venons de la faire la pratique avec cette randonnée ». Denis, amusé me dit alors : « non, je ne vous ai donné que des conseils pour marcher sans vous fatiguer, maintenant c'est la pratique du Qi-Gong ». Nous étions en haut, avec une vue sur la vallée et les montagnes en face. Le ciel était d'un bleu azur, le soleil brillait de mille feux, c'était splendide. Les gens se sont mis en arc de cercle, autour de Denis, face à cette magnifique vue. Il commence à faire des gestes bizarres au ralenti et les gens l'imitent, je me mets derrière, le plus loin possible et je fais de mon mieux. C'était mon premier contact avec le Qi-Gong. Nous avons fait deux

autres haltes pour « pratiquer ». En descendant, je me sentais bien, léger sans raison particulière. J'étais conscient que ma pratique du Qi-Gong avait été plus qu'empirique, j'avais essayé de faire comme tout le monde sans réellement y parvenir.

Le surlendemain, mercredi matin, je me présente de nouveau au départ de la randonnée avec Denis. Je monte avec aisance en appliquant les conseils de la veille et j'arrive en haut sans fatigue. Je pratique la Qi-Gong avec plus de concentration, j'essaie d'appliquer les conseils et de reproduire ces fameux gestes lents. C'était beaucoup mieux que la veille. En descendant, je me sentais vraiment bien, anormalement bien sans raison apparente et cela m'a surpris. Je n'étais pas habitué à ne pas mettre de raison à mon bien-être (l'esprit cartésien...). Du coup, j'ai attribué cet état à la pratique du Qi-Gong. Je me suis renseigné et il y avait un autre cours de Qi-gong l'après midi proposé par Béatrice, je m'y suis donc inscrit pour le jour suivant.

Le jeudi, je fais la randonnée le matin avec Denis et après le déjeuner je me présente au cours de Qi-Gong de l'après midi. Au cours de cette séance, je m'en souviendrai toute ma vie, il m'arrive quelque chose d'extraordinaire. C'était le mouvement du vol de l'oiseau, mouvement très simple à exécuter. Au départ, les bras sont le long du corps, les jambes légèrement pliées. On monte les bras doucement de chaque côté, en imitant les ailes d'un oiseau, en inspirant et en dépliant les jambes. Et inversement on descend les bras en repliant les jambes en expirant. Puis on recommence toujours doucement en simulant le vol d'un oiseau. A un moment, je sens une harmonie parfaite entre mes bras, mes jambes et ma respiration. Il se retrouve dans un mouvement synchrone absolu, je le ressens sans vraiment comprendre ni savoir comme je fais cela. C'est à ce moment que « quelque chose » s'ouvre au niveau du chakra du cœur, je me sens en harmonie parfaite avec les gens dans la salle, la nature dehors, le sapin juste devant mais les fleurs aussi et l'herbe... en harmonie avec tout. Je sens que tout cela est relié, que je suis relié à tout cela. J'ai appris après que c'était la sensation de l'Unité. Je ne sais pas ce qui m'arrive, je découvre un nouveau monde inconnu, tout cela est nouveau pour moi. Je ressens « quelque chose » d'inconnu également, il n'y a pas de mot terrestre. Je dirai que c'est la fusion des mots : Amour, Harmonie, Sérénité et Joie. A la fin du cours, je vais voir Béatrice, la professeur, pour lui dire ce qui s'est passé et surtout pour comprendre ce qui vient d'arriver. Je me présente à elle, mais aucun mot ne sort de ma bouche. Je sens des larmes venir mais sans tristesse, je me sens bien, trop bien même.

Aucun mot ne parvient à s'extraire de ma bouche grande ouverte, je devais être ridicule mais je n'en avais pas le sentiment, j'étais dans une bulle flottant au dessus, où tout est à sa place. Alors très gentiment elle me dit : « on mange ce soir ensemble, tu me raconteras ». Le soir, je retrouve Béatrice, je lui raconte mon aventure et cela n'a pas l'air de l'impressionner du tout. Elle me dit juste simplement : « tu viens de vivre un petit éveil », comme si cela était anodin. Et elle me parle d'énergie, de chakras, de tchi, d'équilibre, d'harmonie, d'ouverture, de yin de yang... toute la soirée et sur le moment j'ai rien compris et surtout je n'avais pas de réponse précise sur ce qui venait de se passer. Elle faisait un autre cours juste après son premier, dédié à la méditation Qi-Gong.

Le vendredi, j'ai donc revu mon planning de journée et toute la matinée, c'était randonnée Qi-Gong avec Denis et j'enchaînais avec deux autres cours de Qi-Gong avec Béatrice, j'étais devenu fan. Et de nouveau, ce jour là, de nouvelles

sensations extraordinaires qui semblait se rapprocher d'une sortie du corps, porté par l'énergie du groupe. J'avais renoncé à comprendre, je voulais juste expérimenter et vivre cela, cela me paraissait magique et magnifique comme sensations.

Le samedi, en parlant avec Denis, j'ai appris qu'il faisait une activité la semaine suivante avec un groupe et au menu il y avait randonnée, yoga et Qi-Gong. Devinez quoi ? Il lui restait une place. J'ai annulé ma réservation de la semaine suivante consacrée à la découverte de l'auvergne en moto Goldwin et j'ai pris la place restante. Denis aussi était branché énergie et je ne comprenais pas plus avec lui. Toute la semaine je suis passé d'expériences extraordinaires en expérience extraordinaires, de révélations en révélations, j'ai ri, j'ai pleuré. Je ne pouvais pas plus qu'avant expliquer au groupe ce qui m'arrivait. J'ai alors trouvé une chanson qui résumait bien ce que j'avais vécu. Je l'ai fait écouter au groupe et on a été nombreux à pleurer ce soir là mais c'était un très beau moment. Cette chanson est « je me suis envolée » de Maurane. Denis a été, dans ces moments, un vrai soutien avec peu de mots, sa présence était apaisante et me permettait de « revenir » sur terre.

Rentré de vacances, je n'étais plus le même. Mon métier de DSIO ne me parlait plus alors que j'étais un vrai passionné avant. Mes collaborateurs ne me reconnaissaient plus. Je ne voulais plus de conflits, de stratégie, de peaux de bananes, de guerre des chefs, d'égo... je n'avais plus aucune velléité belliqueuse. J'en avais perdu le goût.

Six mois après, je quittais mon entreprise et je commençais ma nouvelle vie sans savoir encore qu'est-ce qu'elle allait être.

Dans cette deuxième vie, comme je l'appelle, je me suis passionné pour l'univers ésotérique, la PNL, l'IOS, le MBSR, le chamanisme, l'énergie, les pierres, le Qi-Gong et ses dérivés... j'ai aussi découvert plusieurs techniques de libérations émotionnelles avec les mouvements oculaires. J'ai commencé mon nouveau métier de coach avec la PNL, pour devenir aujourd'hui thérapeute holistique et énergétique.

En conclusion **Je Suis qui je Suis.**

Quand Moïse demande à Dieu qui il est, celui-ci répond par une affirmation qui a fait couler beaucoup d'encre : « Je suis celui qui suis », trois mots en hébreu qui recèlent tout le mystère de la nature Divine. Pourtant le sens de cette affirmation est bien mystérieux, elle est traduite de bien des manières différents : « je suis qui je suis », ou « je suis qui je serai », ou « je suis l'être »...

> **À quoi ressemble la devise de ta vie? Peut-être que vous avez une citation préférée qui vous guide dans la vie.**

« *Le vrai bonheur ne dépend d'aucun être, d'aucun objet extérieur. Il ne dépend que de vous-même.* » Dalai Lama

« *Ne ressasse pas le passé, réjouis-toi de ce qui n'est pas encore arrivé.* » Indy

> **Sur quel projet travaillez-vous maintenant? Voulez-vous sortir un nouveau livre bientôt?**

Je continue mon métier en cabinet et je prépare des stages et ateliers. Cela est pour moi la suite logique du livre.

Voici la liste des stages proposés :

**LOS** : Libération Orientée Solution, Appliquer la loi de l'attraction (3 Jours) [En Savoir Plus](#)

**CONFIANCE**: Développez la confiance et l'estime de Soi et soyez congruent (1 Jour) [En Savoir Plus](#)

**SE CONNAITRE** : Trouvez ce qui vous rend heureux pour orienter votre vie (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**LIBEMO** : Formation de thérapeute (**6 modules**) Description de la Méthodologie [ICI](#)

**COMMUNICATION** : La PNL pour bien communiquer (2 Jours) [En savoir Plus](#)

**ETRE EN PAIX** : Les bases de la PNL pour comprendre comment nous fonctionnons et changer notre mode de fonctionnement (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**CNV** : Apprenez et pratiquez la communication non violente (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**HO'OPONOPONO** : Comprendre pour savoir appliquer dans sa vie (3 Jours) [En Savoir Plus](#)

**INTUITION** : Développez votre intuition et apprenez à vous connectez aux champs énergétiques des personne avec l'alignement chamanique (5 Jours) [En Savoir Plus](#)

**LMO** : Technique de Libération par les Mouvements oculaires (3 Jours) [En Savoir Plus](#)

**PROJET DE VIE** : Construire son projet de vie, sa mission (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**Clefs de RÉUSSITE** : Construire son succès à travers sa propre stratégie (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**LÂCHER-PRISE** : 10 méthodes de lâcher-prise (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**LPC** : Technique de Libération Par le Corps (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**GESTION DU STRESS** : Méthodes de gestion du stress : l'EFT points sensibles, la cohérence cardiaque, le moment présent et la pleine conscience (1 Jour) [En Savoir Plus](#)

**PLEINE CONSCIENCE** : Activité en plein air (1 Jour) : Marche en conscience, Qi-Gong et Ding Shu Gong : communication avec les arbres [En Savoir Plus](#)

**INITIATION REIKI** : niveaux 1, 2, 3 et 4 (1/2 journée à 2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**INITIATION LAHOCHI** (2 jours) [En Savoir Plus](#)

**INITIATION MAHEO'O** : Reiki chamanique (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**INITIATION AMA DEUS** Irapuru : Soins chamaniques (2 Jours) [En Savoir Plus](#)

**L'ENSEIGNEMENT DES ACCORDS TOLTÈQUES** : [En Savoir Plus](#)

**TECHNIQUES MAGIQUES** : Les ancres pour se rendre heureux (2 jours) [En Savoir Plus](#)

**CHANTS Chamaniques** avec tambour sacré : soirée

J'ai également en projet un nouveau livre, complètement différent. Ce sera un livre avec des citations une page blanche pour le lecteur et une page avec les explications de l'auteur. Chaque jour on ouvre le livre sur une page au hasard et on lit la citation, on écrit ce qu'elle représente pour nous et ensuite on lit l'explication de l'auteur...

> **Enfin, quel conseil donneriez-vous aux jeunes auteurs en herbe?**

Nous allons aussi loin que nos limites, dépassons nos limites pour aller plus loin et débarrassons nous de nos croyances limitantes.