



Introduction

Il y a quelques mois, Clotilde, ma nièce, m'a demandé quel était le thème de mon prochain livre. Fièremment, j'ai répondu :

« Comment réaliser ses rêves en exerçant le métier qu'on aime. »

Du haut de ses onze ans, elle a ouvert des yeux ronds et m'a assené comme une évidence :

« À quoi ça sert ? Son métier, on l'aime forcément puisqu'on le choisit ! »

Logique implacable d'une enfant que la société n'a pas encore mise dans un moule. Si seulement la vie était aussi simple... Mais au fait, pourquoi ne le serait-elle pas ?

Autour de nous, certains subissent leur quotidien quand d'autres vivent pleinement : *méto-boulot-dodo* et *routine mortifère* vs *passion*, *excitation* et *vie comblée*.

Comment font ceux qui ne se contentent pas d'exister mais vivent vraiment ?

D'ailleurs, pourquoi n'y a-t-il pas dans notre société davantage de pompiers, de maîtresses ou de chevaliers ? Un monde rempli de poétesses, de spationautes, d'héroïnes ou d'inventeurs serait-il plus mauvais ? Pourquoi tant de gens renoncent-ils lors du passage à l'âge adulte ?

DÉCROCHEZ LES ÉTOILES

À côté de Barcelone, depuis quarante ans, Justo Gallego Martínez bâtit une cathédrale. À Meaux, Jean-Pierre Verney a créé le Musée de la Grande Guerre, rassemblant la plus grande collection au monde d'objets de la Première Guerre mondiale. Aux États-Unis, Temple Grandin a révolutionné le bien-être animal en s'intéressant à la psychologie des bovins. Dans la région bordelaise, Alain Duvollet a fondé, à partir de rien, L'Ange Bleu, un des plus grands cabarets de France. Dans le nord-est de l'Inde, Jadav Payeng a planté une forêt de plus de cinq cents hectares. À Paris, un trader a quitté la finance pour devenir comédien. En Bourgogne, des passionnés construisent un château fort, Guédelon, en utilisant uniquement des techniques du Moyen Âge.

Comment font ceux qui réalisent leurs rêves ?

Plus près de nous, les exemples se multiplient : certains quittent des métiers sérieux (et souvent ennuyeux) pour devenir boulanger, ébéniste ou photographe. Sont-ils fous ? Pourquoi alors mourons-nous d'envie de les imiter ?

Si vous avez ce livre entre les mains, c'est probablement que vous n'êtes pas satisfait de votre vie. Avez-vous renoncé à vos rêves ? N'avez-vous jamais osé franchir le pas ? Avez-vous abandonné du fait des difficultés ?

Pour écrire cet ouvrage, j'ai étudié le parcours de personnes ayant réalisé leur rêve : célèbres ou anonymes, artistes, sportifs, artisans, entrepreneurs ou simples passionnés, tous ont recours, sans le savoir, à la même méthode. Après l'avoir analysée et documentée, je vous la présente pour que vous puissiez, à votre tour, la mettre en œuvre.

La réussite est envisagée ici comme l'accomplissement de ses rêves et le bonheur de goûter à une existence remplie, utile au monde et riche. Elle n'est pas uniquement financière ou matérielle.

Dans les exemples, les illustrations et tout au long de la narration, j'utilise systématiquement le masculin. Ce parti pris vise à faciliter

la lecture et à fluidifier le récit. Ce livre s'adresse évidemment aussi bien aux rêveurs qu'aux rêveuses.

Cet ouvrage demande une réelle disponibilité d'esprit et l'envie de changer. N'hésitez pas à écrire sur ses pages. Soyez sincère et persévérant.

Au cours de votre lecture, vous rencontrerez 3 types de rubriques :

Un encadré gris indique une citation inspirante.



Ce pictogramme « crayon » indique un exercice à réaliser.



Cette rubrique indique une illustration ou un exemple.



Enfin, une bibliographie vous présente à la fin du livre toutes les références citées dans cet ouvrage. Chaque référence est signalée par une *.

N'attendez plus. Le monde n'a pas besoin de gens qui rêvassent ou qui passent à côté de leur existence, mais de rêveurs aux pieds fermement ancrés dans la terre et qui peuvent ainsi décrocher les étoiles.



PARTIE I

RÊVEZ

Pour réaliser ses rêves, il importe tout d'abord de se reconnecter à l'enfant au fond de soi. Si vos rêves sont endormis, si les années les ont recouverts de poussière jusqu'à en faire disparaître la trace, dans cette première partie, vous allez les exhumer.



Chapitre 1

Accrochez-vous à une étoile

L'abandon des rêves

Des Trois Mousquetaires au RER

Nous avons tous déjà croisé, dans une rame de RER, cet homme désabusé, en costume, le regard vide, un ordinateur portable à la main et se demandant comment il en était arrivé là. Comment imaginer qu'il n'y a pas si longtemps, alors adolescent, ce même garçon se déguisait en d'Artagnan pour dévorer *Les Trois Mousquetaires* ? Qu'il avait des rêves plein la tête et des étoiles dans les yeux ? Peut-être avez-vous été cet homme-là. Je l'ai été.

Comment en arrive-t-on là ?

Observons les enfants un instant : ils bâtissent des châteaux, volent avec des capes et guérissent les malades. Écoutons-les : ils veulent devenir astronaute, chanteur ou explorateur. Pour un enfant, tout semble possible. La page est totalement vierge : il n'est engagé dans aucune voie et peut écrire son histoire telle qu'il l'imagine. Cette liberté totale l'amène à échafauder des rêves immenses. Puisque tout est possible, autant devenir super-héros, rock star ou champion olympique, autant changer le monde, sauver des vies et rendre notre société plus juste, autant être une

DÉCROCHEZ LES ÉTOILES

source d'inspiration pour les autres. Pas un enfant ne rêve d'une vie ordinaire. Pas un ne s'imagine une existence banale.

Pourtant, lorsque nous retrouvons ces mêmes enfants, quelques années plus tard, ils paraissent résignés. Ces adultes qui peinent à se tirer du lit lorsque le réveil sonne, qui subissent leur travail, qui redoutent le lundi, attendent le soir, comptent les jours avant les vacances et rêvent de changer de vie, ce sont bien les mêmes personnes.

Ne grandissez pas, c'est un piège !

CONSEIL D'ADULTE DÉSABUSÉ AUX ENFANTS

Que se passe-t-il entre les deux ? Pourquoi si peu d'adultes réalisent-ils leurs rêves ? Pourquoi n'y a-t-il pas davantage de poètes, de justiciers ou d'aventuriers ? Comment y remédier ? Et d'ailleurs, la société se porterait-elle plus mal si elle comptait plus de héros, de champions voire de fées ou de chevaliers ? Bref, de gens passionnés par leur métier qui rendent le monde meilleur et la vie plus belle ? De gens qui réalisent leurs rêves enfin ?

Il y a mille huit cents milliardaires dans le monde et aucun d'entre eux n'a eu l'idée de devenir Batman !

Que se passe-t-il lors du passage à l'âge adulte ?

Passer à l'âge adulte signifie souvent renoncer à ses rêves pour devenir raisonnable.

À la question rituelle « que souhaites-tu devenir quand tu seras grand ? », un enfant peut tout répondre. Il exprime simplement ses rêves. C'est adorable et désarmant de naïveté. Qu'un adolescent persiste dans cette voie, ce n'est déjà plus mignon, c'est inquiétant. Alors quand ces mots sont émis par un jeune adulte, c'est parfaitement grotesque.

Notre société largement anxiogène rejette le risque. Elle semble conspirer pour décourager les rêveurs et les audacieux. Notre culture prône le sacrifice et la dureté du labeur. Insidieusement, en bruit de fond, elle diffuse des messages admis comme des évidences :

Le travail est censé être une contrainte, un mal nécessaire pour remplir son réfrigérateur ou régler son loyer. Il s'agit d'un moment désagréable auquel nul ne réchappe et qu'il est normal de détester. Étymologiquement, le travail proviendrait ainsi du latin *tripalium* qui désigne un instrument de torture. Tout est dit. D'ailleurs, ne se souhaite-t-on pas « bon courage » ? Ne guette-t-on pas les ponts et les jours fériés ? « Comment ça va ? Comme un lundi... »

De même, les loisirs ou la réalisation de soi sont supposés être réservés aux soirs, aux week-ends, aux vacances ou à la retraite. Et le rêve de tout un chacun est de gagner à l'EuroMillions pour envoyer balader son patron et arrêter de travailler.



L'amusante publicité pour le Loto « Au revoir Président ! » est emblématique de cette aspiration*.



Trois accusés peuvent être tenus responsables de cette vision du monde :

Tout d'abord, l'école. Le système scolaire français privilégie la rigueur, la logique, et l'analyse. Dès leur entrée en maternelle, les élèves apprennent à ne pas dépasser. Ils doivent se mettre en rang, respecter les consignes et appliquer des règles. Pour obtenir de bonnes notes, il importe d'apprendre par cœur et d'être méthodique.

Un enfant qui n'écoute pas les instructions est dissipé. Il est ailleurs, il a du mal à se concentrer. Et l'appréciation « rêve en classe » sur un bulletin de notes n'a rien de flatteur.

DÉCROCHEZ LES ÉTOILES

Peu à peu, au fil des études, la créativité et l'imagination sont mises de côté, les disciplines artistiques ou sportives peu valorisées et considérées comme accessoires.

Je n'ai jamais laissé mon instruction nuire à mon éducation.

MARK TWAIN

Concernant leur avenir, les enfants apprennent à se projeter dans un cadre préexistant. Ils sont orientés en fonction de leurs résultats et non de leurs aspirations ou de leur potentiel. L'école prépare des adultes à la société : les élèves ne peuvent donc imaginer leur futur qu'en fonction de ce qui existe ou semble réaliste.

Ceux qui ne rentrent pas dans ce moule sont en échec et rapidement écartés ; ceux qui s'en accommodent et restent dans la course glissent souvent sur le toboggan qui les emmènera, avant même qu'ils ne l'aient réalisé, vers une vie professionnelle largement subie.

Tout le monde est un génie.

Mais si on juge un poisson sur sa capacité à grimper à un arbre, il passera sa vie à croire qu'il est stupide.

ALBERT EINSTEIN



Gillian Lynne était une petite fille de huit ans plutôt mauvaise élève. Elle avait du mal à se concentrer et remuait sans cesse sur sa chaise. Convaincue qu'elle souffrait d'un trouble de l'apprentissage, sa mère l'a emmenée voir un spécialiste. Après le rendez-vous, le médecin a demandé à s'entretenir seul avec sa mère. En quittant le bureau, il a mis de la musique. Une fois dehors, il a dit à la maman de Gillian : « Ne bougez pas et regardez-la. » Au bout d'une minute, la petite fille s'est levée et s'est mise à bouger en rythme. Le médecin a alors soufflé à sa mère : « Votre fille n'est pas malade. C'est juste une danseuse. »

Sa mère l'a inscrite par la suite dans une école de danse. Gillian a intégré le Royal Ballet de Londres puis a fondé sa compagnie. Elle a notamment signé les chorégraphies de *Cats* et du *Fantôme de l'Opéra*.

Anecdote rapportée par Sir Ken Robinson dans sa conférence TED « L'école tue la créativité »*.



Deuxième accusé : les parents. Rien n'est plus précieux à leurs yeux que leurs enfants. Pourtant régulièrement, ceux-ci sabotent le bonheur de leur progéniture.

La plupart des parents sont frileux. Ils ont peur pour leurs enfants et tentent de les protéger : ils se désintéressent du contenu du métier et privilégient la sécurité de l'emploi, le confort, un salaire important, des études prestigieuses ou un poste à responsabilité. À ce titre, les professions dont les parents rêvent pour leurs enfants sont éloquentes : médecin, ingénieur, informaticien, financier ou juriste*.

Les messages qu'ils font passer à leurs enfants de façon plus ou moins directe visent à les orienter dans des voies raisonnables. « Passe ton bac d'abord », « Tout n'est pas possible », « Cette filière est bouchée », « Trouve un vrai métier ». Ils répercutent ainsi les messages qu'on leur a martelés toute leur vie. Paradoxalement, alors qu'ils essaient de protéger leurs enfants, ils leur coupent les ailes.

Enfin, certains parents projettent sur leurs enfants leurs frustrations et leurs rêves avortés. Les enfants doivent alors réussir là où leurs parents ont échoué.

*Toutes les grandes personnes ont d'abord été des enfants,
mais peu d'entre elles s'en souviennent.*

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

Troisième accusé : le regard des autres. Il y a des choses qu'il est correct de faire en société et d'autres non. Au cours de son développement, un enfant intègre peu à peu ces codes sociaux et se soumet au jugement d'autrui. Alors qu'il est généralement indifférent au regard des autres petits (il est par exemple capable de se rouler par terre dans un supermarché, laissant la gêne à ses parents), en grandissant, il apprend à être socialement correct. Le poids du qu'en-dira-t-on se développe jusqu'à influencer sur ses choix de vie.



Dans la publicité Mentos « C'est facile de rencontrer des gens, avec un peu d'aide », des enfants guident des adultes grâce à des oreillettes pour s'adresser à des inconnus. Ceux-ci renouent ainsi avec la fraîcheur et la spontanéité de l'enfance*.



Les enfants souhaitent être acceptés. Cela peut les amener à adopter deux types d'attitude. Soit ils veulent faire plaisir et se conforment aux attentes des parents, des professeurs et des adultes. Ils doivent s'inscrire dans une histoire écrite pour eux par d'autres et ne pas décevoir. Soit ils essaient d'éviter les rires, les remarques désobligeantes ou les sermons reçus lorsqu'ils dévoilent leurs rêves, et y renoncent alors par conformisme. Puisque tout le monde trouve cela ridicule ou affirme que c'est impossible, cela doit être vrai... Voilà la recette pour tuer les rêves.

*Quand je suis allé à l'école, ils m'ont demandé ce que je voulais être quand je serais grand. J'ai répondu : « Heureux. »
Ils m'ont dit que je n'avais pas compris la question,
j'ai répondu qu'ils n'avaient pas compris la vie.*

JOHN LENNON

Enfin, nous avons souvent aussi cette tendance inconsciente à nous inscrire dans une histoire qui nous dépasse.