

Introduction

Dans une ère où les bidules électroniques « intelligents » rivalisent les uns avec les autres, aucun d'entre eux ne possède encore sur son clavier une touche « créativité » à activer au besoin et aucune application gratuite à télécharger n'a encore vu le jour !

Par contre, à chaque seconde, quelqu'un quelque part, a une idée qui fait sourire son entourage. Imaginez la réaction qu'on a dû avoir chez BIC face à l'employé qui est arrivé au travail un bon matin en disant à son patron... « Vous savez quoi, on devrait fabriquer non seulement des crayons à billes mais aussi des rasoirs ! ». Vous connaissez la suite.

Bref, les idées de génie ne sont jamais perçues comme étant bonnes au départ, mais c'est grâce à la multitude des petites pensées qui surgissent à l'improviste que nous pouvons ajouter du piquant à notre vie quotidienne, trouver des solutions pour faire face à nos problèmes, modifier positivement la façon dont nous évoluons dans notre milieu professionnel et enfin, nous démarquer des autres, être reconnu dans notre singularité et dans nos différences. Nous évoquerons plus loin la notion d'alignement personnel et ceci n'a rien à voir avec notre habileté à tracer une ligne droite.

Mais encore faut-il apprendre à lever le voile et nourrir ces capacités que nous avons tous à envisager les choses sous un angle nouveau.

Personnellement, je suis quelqu'un qui bouillonne d'idées. Cependant, je n'ai aucun talent pour le dessin. Un jour mon jeune fils m'a demandé en me tendant un crayon et un papier, de lui dessiner un petit chien. En voyant mon croquis il me dit éberlué : « Pas un ours maman, un chien ! ». Question de perception me direz-vous peut-être et je suis d'accord, mais fort heureusement, cet ouvrage n'est pas destiné à faire émerger vos talents artistiques, bien que rien n'est impossible...

J'ai donc fait appel à ma propre créativité pour vous proposer, avec l'aide de personnages fictifs, de nombreux récits métaphoriques, des pages explicatives, des exercices pratiques, des textes inspirants, des poèmes et citations d'enfants, un outil étonnamment simple pour vous motiver à réveiller votre **Savoir être créatif**.

Avis aux lecteurs intéressés, ce livre a un énorme pouvoir... car l'éveil est irréversible !

À qui s'adresse ce livre ?

C'est Saint-Exupéry qui a dit « *Toutes les grandes personnes ont d'abord été des enfants mais peu d'entre elles s'en souviennent.* » Dès lors si vous vous reconnaissez dans cet énoncé, ce livre vous est destiné !

Votre vie a besoin de créativité pour qu'elle soit vécue pleinement et je ne parle pas nécessairement ici de « créacollage » ou d'activités qui font frémir les personnes les plus cartésiennes de cette planète, mais bien de cette capacité de voir le monde autrement.

Que vous soyez monsieur ou madame tout le monde, gestionnaire ou chef d'entreprise, les bienfaits d'une pensée créatrice rejailliront dans toutes les sphères de votre vie d'une manière qui vous surprendra.

Permettez-moi donc de vous dévoiler quelques pistes et ressources afin que nous profitons tous collectivement du créateur qui sommeille en vous...

« La créativité, c'est inventer, expérimenter, grandir, prendre des risques, briser les règles, faire des erreurs et s'amuser. »

MARY LOU COOK

Comment utiliser cet ouvrage

Récits métaphoriques

Le récit métaphorique est typiquement une histoire fictive dont le but est d'informer, d'enseigner ou de guérir l'inconscient. J'ai donc choisi d'inventer pour vous des histoires amusantes, afin de faire appel à votre imaginaire plutôt qu'à votre côté rationnel qui, vous en conviendrez, est trop régulièrement suscité. Loin d'être anodines, les histoires sont porteuses de sens, amènent à la réflexion et renferment à la fois un aspect symbolique et un message caché.

À travers mes récits, vous découvrirez de nombreux personnages (colombe, ours, abeille, fée, hibou, papillon...), des lieux (forêt, désert, arbre, grotte, jardin...) et autres, qui représentent des symboles qu'on dit universels, car ils ont traversé les temps. Ils ont été sélectionnés soigneusement pour leur signification précise et sont répertoriés à l'Annexe I. Cette liste vous servira peut-être à trouver quelques significations à vos rêves, puisque les images

et les métaphores sont les moyens que l'inconscient utilise pour communiquer.

Le Petit Guide, de son côté, est un personnage d'une grande sagesse qui refait surface dans chaque histoire à un moment stratégique. Cependant, il change de visage selon le contexte et au gré de votre imagination. Je l'ai donc désigné pour agir comme porteur du message ou de la solution.

Pages explicatives

Vous serez étonnés de la simplicité de mes explications qui, plus que de banales définitions, témoignent de ma propre recette créative et de ma vision des choses et de la vie. Vous y lierez de nombreuses citations qui m'ont inspirée au fil des ans et des réflexions fortement teintées de la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) que je désire vous faire partager. Je ne peux pas faire autrement, c'est le coach en moi qui s'exprime.

Exercices pratiques

J'ai sélectionné et composé pour vous des exercices qui semblent simples au départ, mais qui sont riches de sens si vous prenez le temps de les faire. En fait, je suis absolument convaincue que des changements se produiront dans votre vie sans que vous effectuiez un seul exercice grâce au pouvoir de votre inconscient ; cependant, ce serait vous priver d'outils puissants que de les ignorer... Combien de livres « how to » dorment sur vos tablettes ? Ne laissez pas à celui-ci subir le même sort.

Poèmes

J'ai enrichi le livre de quelques-uns de mes poèmes qui, j'espère, vous inspireront. Il s'agit simplement d'une autre manière pour moi d'être l'instrument de l'univers.

Invitation

Je vous invite donc, si le cœur vous en dit, à découvrir ce livre à petites doses, simplement pour vous donner le temps d'assimiler et d'intégrer les enseignements et de faire les exercices (au besoin). Après tout, le virage créatif que vous amorcez remuera, si vous le permettez, vos habitudes en profondeur et aura un impact positif sur, à tout le moins, un aspect de votre vie personnelle ou professionnelle.

*« Les adultes ne veulent pas changer
parce qu'ils s'aiment trop ! »*

BÉATRICE, 7 ANS

PARTIE 1

TE SOUVIENS-TU QUAND TU ÉTAIS PETIT ?

L'enfant créateur intérieur

Chapitre 1

L'enfant que vous étiez



Récit

On a perdu le nord !

L'histoire se déroule sur un énorme voilier, moderne et ancien à la fois, réplique presque identique des navires utilisés autrefois par les pirates. Les grandes voiles hissées très haut dansent et se tendent sous les caresses du vent. Le capitaine, à l'accent français et dans la fleur de l'âge, inspire confiance à son équipage de par sa seule présence rassurante. Dès qu'il se *retrouve* sur le pont, on comprend qu'il est le seul maître à *bord*.

Un jour, le matelot le plus costaud du navire se précipita devant lui la panique au visage. Voyant la frayeur dans ses pupilles dilatées, le capitaine lui dit d'une voix posée :

- « Garde *ton* calme et dis-moi ce qui se passe. Ce n'est pas ton habitude d'*être pris* d'une telle panique ?
- Et bien capitaine, balbutia le colosse, nous avons perdu le nord !

- Perdu le nord ? Bon d'accord, il y a urgence, allez me chercher le Petit Guide. »

Le Petit Guide ayant l'habitude qu'on l'appelle pour les cas sérieux, apparut devant le capitaine au bout de quelques secondes, prêt à intervenir. Après tout, ce n'est pas tous les jours qu'on peut prêter main-forte au capitaine !

- « Petit Guide, l'heure est grave, on a perdu le nord, rugit le capitaine à travers ses *dents* crispées.

- Bien non capitaine, dit le Petit Guide. On l'a laissé en *France* et puisqu'on s'y dirige présentement, c'est sans doute là qu'on va le retrouver. »

Éclatant de rire, le Capitaine prit le Petit Guide dans ses bras et le remercia de lui avoir indiqué le chemin.



Explications

Retrouve d'abord ton esprit d'enfance

D'après Einstein « *Soigner son enfant intérieur améliore la créativité pour trouver des solutions et des idées pour aller mieux dans la vie.* » J'ajouterais également que permettre à son enfant intérieur de s'exprimer, ravive notre flamme intérieure, notre étincelle de vie.

Par ailleurs, l'esprit d'enfance est très utile, voire indispensable dans le monde des affaires car tous les pôles des activités de l'entreprise sont concernés par les projets d'innovation et, avant de savoir innover, encore faut-il avoir développé son Savoir être créatif. D'ailleurs, comme dit Maurice Zeldman : « *Les entreprises qui survivront demain, sont celles qui encouragent la créativité d'aujourd'hui* ».

Ceci dit, il faudrait d'abord pouvoir « retrouver votre enfant créateur intérieur » avant de le soigner. Êtes-vous d'accord? Alors, comment faire pour reconnecter avec votre esprit d'enfance, cet espace à l'intérieur de vous qui n'a pas vraiment vieilli, qui existe toujours et à qui on a fortement suggéré de se taire?

Il importe, au départ, d'être à nouveau capable de vous étonner à la manière d'un enfant. Étonnant, n'est-ce pas? Fascinés par tout ce qui bouge, ils s'émerveillent devant tout et rien, de la couleur d'une chenille, à la forme des nuages, en passant par les pétales d'une marguerite!

De plus, les enfants possèdent une incroyable capacité à modifier leur angle de perception de la réalité sans même y penser. Avez-vous déjà remarqué les jeunes bambins qui, une fois debout, regardent au centre de leurs petites jambes la tête en bas? Technique assez efficace pour faire basculer son point de vue, ne trouvez-vous pas? À utiliser avec modération dans les salles de conférences.

Qui plus est, ils ont cette faculté de regarder les choses comme si c'était la première fois parce que souvent, C'EST la première fois! Curieusement, les chiens ont aussi cette capacité-là! Même après dix ans, ne vous sautent-ils pas au cou avec le même enthousiasme toutes les fois que vous rentrez à la maison?

Retrouver son esprit d'enfance, c'est aussi admettre parfois qu'on ne sait pas tout, parce que ceux qui savent tout étouffent leur potentiel créatif. Souvenez-vous de ceci: rien ne nuit plus à la créativité que l'ego de celui dont la tête est gonflée de savoir, au détriment de l'imagination.

Alors pour ne pas perdre le nord, je vous invite à développer votre capacité à vous étonner ou à vous émerveiller plus souvent, à modifier votre angle de perception (nous y reviendrons) et à regarder les choses comme si c'était la première fois.

Exercice pratique



Voir comme si c'était la première fois

Tout d'abord, je vous propose de vous acheter un joli cahier de couleur vive en guise de carnet de bord. Après tout, l'enfant créateur qui est en vous est un artiste et les petits aiment ce qui est à eux... Mon crayon, mon carnet, mon sac... Alors, pour retrouver son esprit d'enfance, il faut malgré tout jouer le jeu et faire semblant.

Cet outil s'avérera précieux dans les jours qui suivront car, vous l'avez peut-être remarqué, dans le mot « *créativité* » il y a pratiquement le mot « *activité* ». Alors, ne soyez pas surpris si je vous suggère de poser des gestes concrets, car je suis d'avis que c'est dans l'action que s'intègrent et s'acquièrent les nouveaux apprentissages.

Au cours de la prochaine semaine, je vous invite à développer une nouvelle habitude : celle de placer votre attention sur, au minimum, une chose par jour et de faire comme si c'était la première fois que vous la voyiez. Regardez-la avec un œil neuf, comme si vous portiez de nouvelles lunettes.

Essayez de voir, sentir, toucher ce qui vous avait échappé par le passé. Émerveillez-vous devant cette chose-là de façon à pouvoir construire une phrase qui commence par « Wow, je n'avais jamais vraiment vu, réalisé, entendu, senti, etc. »

Voici quelques exemples :

- « Wow, je n'avais jamais vraiment vu la couleur vert tendre des bourgeons des arbres. »
- « Wow, je n'avais jamais vraiment réalisé que les flocons de neige étaient tous uniques. »

- « Wow, je n'avais jamais vraiment entendu à quel point la voix de ma femme est douce. »
- « Wow, je n'avais jamais vraiment senti pleinement l'odeur du café frais. »

Par la suite, écrivez-la dans votre cahier avec le plus de détails possibles et amusez-vous à en lister plusieurs. Cette pratique à elle seule favorisera l'ouverture et sera le début de quelque chose de beau et de grand.

Que retenez-vous de ce chapitre ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....