

TROUVER SON GÉNIE
VALORISER SES TALENTS
CONSTRUIRE SON PROJET DE VIE

Du même auteur :

Vêpres Laquées, Éditions Baudouin, 1980 (épuisé).

Paris la nuit, Éditions Balland, 1982 (épuisé).

Les Horizons du futur, Éditions Guy Trédaniel, 2000.

Le Management du Troisième Millénaire,
Guy Trédaniel 1990, 1999, 2005.

Les Leaders du Troisième Millénaire,
Éditions de l'Organisation, 2005.

Pour contacter l'auteur :

Email : msaloff@msetassocies.com

Site Web : www.msetassocies.com

© Guy Trédaniel Éditeur, 2005

Tous droits de reproduction, traduction ou adaptation
réservés pour tous pays

ISBN : 2-84445-585-9

MICHEL SALOFF COSTE

AVEC LA PARTICIPATION DE
CARINE DARTIGUEPEYROU ET GUY LAURENCE



TROUVER SON GÉNIE
VALORISER SES TALENTS
CONSTRUIRE SON PROJET DE VIE

GUY TRÉDANIEL ÉDITEUR
19, rue Saint-Séverin
75005 Paris



Je dédie ce livre à tous ceux qui ont le courage
de découvrir et de libérer leur génie.
Merci de nous apporter le meilleur d'eux-
mêmes : ce en quoi ils sont uniques.

PRÉFACE

par
*Carine Dartiguepeyrou**

Je me suis associée aux travaux de recherche de Michel Saloff-Coste depuis plusieurs années, en collaborant aux séminaires de Développement du Potentiel de l'Individu (DPI) et en co-animant des séminaires de Développement du Potentiel de l'Entreprise (DPE). J'ai été marquée par l'impact de ces séminaires sur les participants. Les processus qu'il utilise vont bien au-delà de l'effet de dynamisation immédiate : ces processus ont une action à la fois sur le fond et dans le temps. J'ai été étonnée de l'approche ouverte et libre qu'il utilise.

Michel anime des séminaires collectifs (petits groupes de 10-15 personnes) et des coachings (individuels) de dirigeants depuis plus d'une quinzaine d'années. Michel allie à la fois une très bonne connaissance des organisations et du monde de l'entreprise, un long et riche travail sur la psychologie des comportements et leurs moteurs ainsi qu'une réflexion approfondie et constamment renouvelée sur la philosophie et les grands enjeux prospectifs.

Je l'ai convaincu d'écrire *Trouver son génie* et je l'ai aidé en réalisant les peintures et les poésies qui illustrent ce livre. Nous avons voulu replacer l'individu dans son "tout" et le solliciter dans ses multiples dimensions, rationnel, affectifs et spirituels.

L'ensemble du travail de Michel Saloff-Coste s'articule autour de la notion d'altérité. Ce qu'il l'intéresse dans l'autre, c'est ce qu'il a de différent, de singulier. C'est cette différence que Michel met en

scène lorsqu'il aide les individus ou les équipes de direction dans leur développement.

Vous ne trouverez pas dans ce livre de quoi vous rattacher au "même"! Trouver son génie, c'est déjà accepter que les hommes soient à la fois égaux et différents. Nous sommes singuliers par nos gènes, nos cultures, nos histoires, nos vies; même si nous participons tous à cette formidable aventure qu'est la Terre. Ce livre intéressera les personnes qui ne refusent pas leur singularité mais cherchent à la comprendre et surtout à la faire vivre. Quelle est ma singularité ? Comment faire pour révéler ma singularité ? Comment parvenir à exprimer sa singularité auprès des autres ? Comment parvenir à aider les autres grâce à sa singularité ?

L'altérité passe par une prise de conscience individuelle, par une compréhension de nos valeurs qui portent nos idéaux et nos actions. Elle implique également une ouverture à l'autre, une capacité d'écoute et de tolérance. L'altérité, c'est "savoir-faire" et "savoir-être" avec l'autre et cela implique un grand sens de la responsabilité et de la sincérité. Comme l'explique Michel depuis une vingtaine d'années, les changements que nous vivons, qu'ils soient technologiques, économiques ou sociologiques sont d'une telle envergure, que nous ne parvenons pas à les intégrer à la vitesse où ils émergent. La question du sens continue de se poser à ceci près que l'ère informationnelle bien plus que l'ère industrielle, nous projette de façon plus globale et simultanée dans l'inconnu. L'homme est de ce fait "ramené" aux questions essentielles du Vrai, du Beau et du Bon.

A l'ère de l'information, se posent ainsi deux questions fondamentales : celle de la création et celle de la communication. La Création car il ne s'agit pas uniquement de s'informer mais de créer de la connaissance. La Communication car il s'agit bien sûr de transférer sa connaissance et non pas seulement de recevoir un flot toujours plus important d'informations ou de désinformations sans les comprendre. Au-delà des différentes cultures, au-delà des différents systèmes de croyance, l'homme doit donc être capable de composer une harmonie, un véritable échange, une véritable communication. Cette communication ne peut pas s'édifier sur une fausse unité, sur une unité imposée, sectaire ou impérialiste. Elle doit se construire à travers une communication, un échange,

une union dans le respect de la différence de chacun et de son héritage culturel.

Ce livre est destiné à un public large qui comprend à la fois : les jeunes en ébauche de leur projet professionnel, les hauts potentiels qui aspirent à prendre de l'ampleur dans leur vie, les personnes plus expérimentées qui cherchent à faire évoluer leur projet qu'elles soient actives ou non, enfin les experts dans le domaine du développement personnel ou les consultants qui souhaitent s'enrichir d'autres approches.

Une des particularités de l'approche développée dans *Trouver son génie* est que celle-ci mêle projet personnel et projet professionnel. Le projet de vie est présenté sous toutes ses formes : l'approche vise à aider l'individu à redonner un sens harmonieux à son projet, à dépasser les contradictions entre ses aspirations personnelles et professionnelles. C'est un accélérateur de potentiels! Ce livre positionne l'approche de Michel Saloff-Coste parmi les différents courants psychologiques et les autres approches du développement personnel. Nous avons le souhait de rendre ce livre accessible à tous en proposant un grand nombre d'exercices qui le rendent interactif. Des illustrations et des poèmes favorisent l'expression artistique de la quête du sens.

Je vous souhaite une "bonne" lecture qui vous incitera à prendre le temps de vous rencontrer et de progresser sur le chemin de vos talents, de votre singularité et de trouver votre génie !

*** Carine Dartiguepeyrou**

Carine Dartiguepeyrou a fait ses études à la Sorbonne et à l'Institut d'Études Politiques de Paris (doctorat de science politique) et à la London School of Economics (Master d'économie politique internationale). Elle a vécu à l'étranger pendant une dizaine d'années (Londres, Varsovie, Moscou) et a voyagé intensivement dans toute l'Europe et en Amérique du Nord. Elle est l'auteur d'un guide d'investissement *Investir en Pologne* (1991) et co-auteur avec Michel Saloff-Coste du livre *Les horizons du futur* (2000). Depuis 1991, elle mène une carrière de conseil en stratégie qui l'a conduite à travailler successivement dans les institutions suivantes : Bain & Company (Varsovie, Moscou), Central Europe Trust Co. Ltd (Londres) et MSC ET ASSOCIES (Paris). Elle travaille auprès de grands groupes internationaux, de *think tanks*, d'institutions internationales, de gouvernements et de fonds de capital risque. Elle s'est spécialisée dans les stratégies et politiques de développement à l'échelle internationale. Elle est actuellement consultante, associée de MSC ET ASSOCIES et administrateur de la société de capital risque New Cap Invest.

INTRODUCTION

" Les formes de toutes les choses
sont dérivées de leurs génies "

WILLIAMS BLAKE

Comment révéler ses talents en accord avec soi-même mais aussi avec son contexte ?

Derrière cette question, il y a tout l'enjeu d'une vie réussie.

Pourquoi est-il si important de "trouver son génie" ? Comment construire un projet de vie dans un monde qui change très vite et qui nous lance de nouveaux défis ?

Comment ai-je été amené à écrire ce livre et quels en sont les matériaux et l'histoire ?

Dans cette introduction, j'explique le pourquoi et le comment de ce livre.

Enfin j'introduis les grands axes, les chapitres et parties qui structurent ce livre.

Les changements de civilisation en cours

Le monde est en train de changer très vite.

Au cours de l'évolution humaine, notre relation à nous-même a beaucoup changé.

Pendant des millions d'années, nous avons survécu grâce à la chasse et à la cueillette.

Nos choix étaient guidés par la nécessité.

Ensuite l'époque agraire, pendant des milliers d'années, a permis la formation d'une vaste stratification sociale où notre position dépendait dans une grande mesure de notre naissance.

Depuis quelques siècles, la société en s'industrialisant a développé une mobilité sociale plus grande : la formation à une spécialité a été le vecteur d'insertion essentiel.

Aujourd'hui les métiers de demain sont inconnus. S'enfermer dans une spécialisation est parfois un leurre car le temps d'acquérir cette spécialisation est suffisant pour la rendre obsolète.

Dans ce nouveau contexte, la mobilité dans la connaissance est plus importante que le stock de connaissance acquis, la dynamique de vie est plus importante que les positions ou les spécialisations qui nous sont reconnues.

Dans une grande mesure, notre destin dépend de notre capacité à construire un projet de vie qui ait du sens pour nous.

Notre dynamique de vie peut être forte si nous savons clarifier nos valeurs, ce qui compte réellement pour nous, ce qui nous passionne et créer un enthousiasme sans cesse renouvelé.

Nous pouvons sortir des sentiers battus, notre valeur ajoutée est plus importante si nous savons nous distinguer des autres, apporter notre touche unique et singulière.

Dans ce nouveau contexte, notre développement personnel est un enjeu majeur pour réussir notre vie. Le fil directeur de notre développement personnel est ce qu'il y a d'unique en nous.

Ce qu'il y a d'unique en nous c'est notre génie, notre singularité.

Pourquoi trouver son génie ?

Trouver son génie est nécessaire aujourd'hui pour s'insérer socialement de manière épanouissante et harmonieuse.

Si vous ne savez pas quel est votre génie, votre valeur ajoutée sera aléatoire. Vous aurez tendance à être relégué à des tâches répétitives de mise œuvre des inventions issues du génie des autres. Ne



sachant pas qui vous êtes, vous serez instrumenté au profit de projets qui vous échappent.

Loin de vous-même, vous serez démotivé par votre propre vie. Vos talents inexploités resteront endormis. Vous aurez du mal à réaliser des tâches qui vous sont imposées artificiellement en décalage avec votre cœur et vos véritables talents. Vos sentiments d'incompétence, d'échec, d'injustice et votre stress vont se développer. Votre estime de vous-même s'effondrera et vous aurez tendance à être entraîné dans une logique purement mercenaire de survie et de conformisme social.

Chacun d'entre nous a des points faibles, des zones de médiocrité mais aussi des espaces de facilité, de talents, de dons.

Pourtant, souvent, concentrés à améliorer nos points faibles, nous oublions de valoriser ces forces parce qu'elles sont tellement évidentes que nous les occultons.

Nous passons des dizaines d'années à apprendre des choses étrangères à nous-même et jamais un jour pour nous découvrir !

Qui sommes-nous ?

En quoi sommes-nous unique ?

Où est notre cœur ?

Que faisons-nous avec aisance et passion ?

Trouver son génie est la clef d'une vie réussie.

En accord avec vous-même vous trouverez ce qui vous convient le mieux, ce qui vous rend heureux, ce qui est facile et vous mène au succès.

Trouver son génie c'est trouver le sens de sa vie car ce qu'il y a d'unique en nous c'est aussi ce qu'il y a de plus précieux au monde, ce qu'aucun autre être ne peut apporter !

Nous avons tous un génie, parfois c'est la partie de nous-même la plus rejetée et martyrisée. Jean Cocteau, un des grands génies artistiques français écrit avec humour et paradoxe :

" Ce que tout le monde vous reproche, gardez le précieusement, c'est là qu'est votre génie".

Nous avons peur de notre génie car il nous renvoie à notre solitude fondamentale et ontologique. Du point de vue de notre génie, il n'est plus possible de nous fondre dans le troupeau du conformisme mimétique, de nous comparer, de nous classer et d'être plus ou moins bon.

Du point de vue du génie nous sommes uniques, incomparables et notre chemin est à nul autre pareil.

Les recettes toutes prêtes sont des leurres.

Trouver son génie est la chose la plus urgente et la plus importante que nous ayons à entreprendre. Tout le temps que nous passons loin de notre génie est du temps perdu où nous nous égarons dans de fausses motivations et des frustrations sans fin.

Notre génie nous accompagne tout au long de notre vie et même quand nous le nions, il est là.

Mais nous sommes souvent aveugles à ce qui est intime, trouver son génie demande du temps et de l'attention.

Cela implique d'apprendre à s'aimer et à se reconnaître.

Vous êtes la personne la plus importante de l'humanité pour vous : la seule que vous ne quitterez pas un instant de toute votre vie.

Pourtant combien de temps avez-vous passé à bien vous connaître ?

Combien de temps avez-vous passé à construire avec amour la vie unique et étonnante qui vous convient à vous et à vous seul ?

A mesure que nous évoluons vers ce que l'on appelle la "Société de l'Information" c'est-à-dire une civilisation où la Création et la Communication tiennent un rôle de plus en plus important, chacun est interpellé dans sa capacité à participer de manière créative, authentique, différenciée et unique.

Identifier son génie et construire sa vie autour, ce n'est pas simplement une des meilleures manières pour s'épanouir et sortir de la frustration c'est aussi trouver ce qui vous rend incomparable,

unique. C'est identifier votre avantage concurrentiel, ce qui vous permet de créer de la valeur plus facilement que tous les autres.

Pourquoi faut-il avoir un projet de vie ?

En étudiant les personnalités aux réussites d'envergure, je me suis aperçu qu'un trait qui leur était commun était la capacité à penser le temps et l'espace de manière élargie : voir loin et anticiper le futur.

Nous pouvons rarement changer notre vie en un instant, mais inversement peu de chose est impossible à une volonté qui s'affirme d'années en années.

Une petite inflexion soutenue dans le temps ouvre des abîmes de possibilités nouvelles.

Lorsque vous avez trouvé votre génie, vous pouvez construire un projet de vie qui ait du sens pour vous et dont la dynamique n'est pas susceptible de retomber.

De la même manière que votre génie est unique, votre vie est à construire spécialement pour vous.

Ce qui convient à un autre n'est pas votre solution : vos relations, vos loisirs, votre travail, votre famille, votre lieu de vie, sont à inventer sans conformisme.

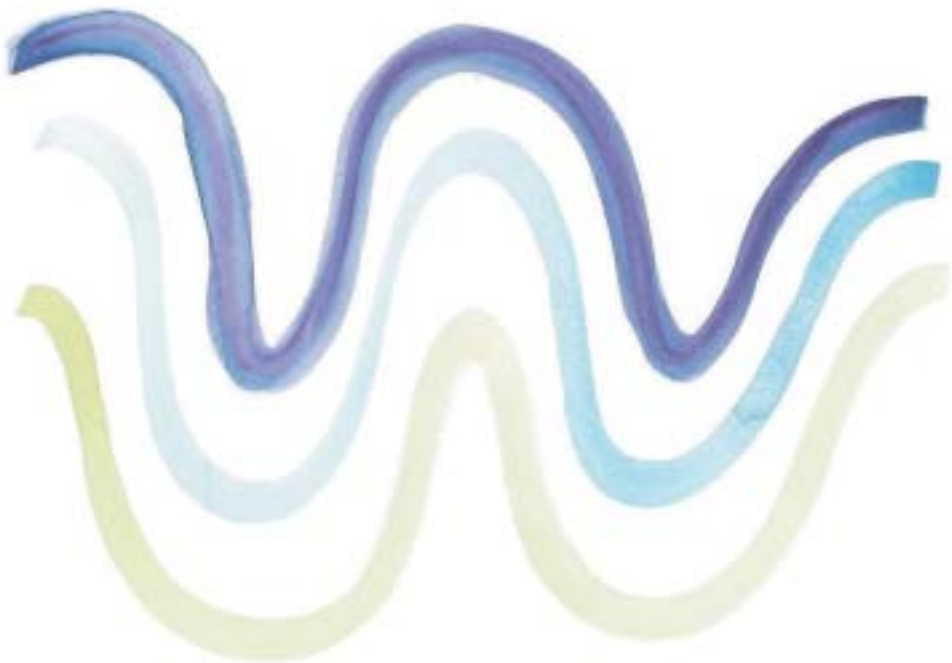
Qu'est ce qu'une vie réussie?

"Une vie réussie, c'est un rêve d'adolescent réalisé" : nous pouvons retrouver la naïveté de l'enfance et apprendre à rêver notre vie avec créativité pour en faire une œuvre d'art.

À mesure que nous articulons notre rationalité mais aussi notre cœur et notre intuition, la vie devient le miracle de la réalisation de notre génie qui rayonne et se consume dans la joie.

Une vie réussie, c'est une vie dans laquelle on a pu déployer tout son potentiel.

Réussir c'est combler nos aspirations spirituelles, affectives et physiques.



Cela est gratifiant de sentir que l'on s'est donné le maximum de chance pour aller dans ce sens, même si les aléas de la vie font que cela semble difficile à réaliser.

Finalement on découvre que les aléas peuvent être des tremplins et sont autant d'occasions d'apprendre à travers des expériences irremplaçables.

Sommes-nous dans une réalité qui sonne juste, qui résonne au plus profond de nous-mêmes avec harmonie ?

Une vie réussie c'est une cohérence profonde entre notre inspiration, notre cœur et notre corps.

Comment ce livre a été écrit ?

Je crois que chaque personne est unique et qu'il est important, au-delà des écoles de pensée, de créer un espace où chacun puisse se retrouver dans sa singularité et apprendre à se construire dans l'autonomie à partir de cette singularité.

J'ai commencé à explorer le thème de la recherche de soi dans mon livre précédant "Le Management du troisième millénaire"¹ où je définis un processus de "Développement du Potentiel Individuel" : le "DPI". C'est à partir de cette recherche que j'ai construit un séminaire de trois jours. Depuis maintenant vingt ans j'anime avec bonheur ce séminaire qui connaît un grand succès. Ce livre est singulier en ce qu'il est l'explication détaillée du processus que je mets œuvre dans ce séminaire. Avec le temps, cette approche s'est révélée avoir apporté beaucoup à ceux qui l'ont pratiquée : souvent ils me disent que, rétrospectivement, ils considèrent ce séminaire comme un des moments clés de leur vie.

Je crois que cette réussite vient de la simplicité même de l'approche qui est au service de la singularité de chacun et de l'intégrité individuelle.

A force d'approfondir un sujet on arrive à une grande simplicité mais aussi à plus d'efficacité et d'élégance. C'est ce qui semble s'être passé dans mon travail. Je suis convaincu que ce séminaire est une base vitale pour les évolutions à venir de l'humanité et qu'il sera bientôt une des éléments classiques d'un cursus de formation permanente.

Depuis une dizaine d'années, j'ai développé une activité de coaching pour répondre à la demande de cadres dirigeants qui me sollicitent pour les accompagner dans leur carrière, souvent mouvementée et complexe à conduire. Cela a été aussi une source importante de compréhension de l'évolution du contexte psychologique et sociologique actuel.

Avec l'équipe professionnelle de la société de conseil que j'anime nous effectuons régulièrement des recherches prospectives pour les entreprises et des plans de développements stratégiques, cela nous a amené à approfondir les grands enjeux transversaux des entreprises et la dynamique positive entre le projet individuel et le projet collectif.

Ce livre bénéficie de mon évolution personnelle. J'ai été amené à découvrir et approfondir des problématiques, des courants de pensées et des paradigmes très divers dans les champs de la philosophie, de la sociologie, de la psychologie et de l'économie. Par ailleurs pendant la préparation de ce livre, j'ai recherché les

livres en Français et en Anglais se rapprochant de prêt ou de loin à notre thème de réflexion.

Il existe particulièrement en Anglais de nombreux livres sur le "Self Assessment" ou le "Développement de Soi".

J'ai rassemblé cette recherche documentaire dans la bibliographie disponible à la fin du livre.

Dans ce livre, je n'ai pas essayé de résumer de manière exhaustive l'ensemble des recherches existantes sur le développement de la personne.

J'ai choisi de faire un livre simple, concis qui exprime l'essentiel de trente ans d'une expérience qui est la mienne avec sa singularité, son style et ses limites.

Ce livre est une synthèse de mes réflexions sur le développement personnel, mais il est aussi et surtout un outil pratique pour vous aider à travailler sur vous-même à travers ce qui m'est apparu le plus efficace et respectueux de la singularité de chacun.

Les grands axes du livre

D'une manière générale, je suis parti des aspects les plus théoriques pour aller vers la pratique à mesure que l'on avance dans le livre.

J'explique, dans le premier chapitre, "Le contexte du développement personnel", pourquoi le développement personnel a pris tant d'importance aujourd'hui ? J'explore les erreurs à éviter et les bénéfiques à en attendre.

Dans le deuxième chapitre, "Se rapprocher de son génie", je commence à creuser le concept de "Génie".

Comment rassembler les conditions pour libérer son génie ?

J'explique l'importance d'un nouveau rapport au temps et je distingue les différences que l'on peut faire entre ce que j'appelle "l'ego, la personnalité et le génie".

Nous découvrons dans ce chapitre la manière dont la rationalité, l'affectivité, et l'inspiration s'intègrent pour donner toute son ampleur à la singularité de chacun.

Dans le troisième chapitre, "Trouver son génie" nous rentrons au cœur du sujet et je donne les éléments essentiels pour atteindre le trésor qui est caché au fond de nous : notre génie !

Dans le quatrième chapitre, j'explique comment déployer son génie à travers un projet de vie qui permette de mettre pleinement en valeur son génie.

Dans le cinquième chapitre, il s'agit de faire vivre son génie à court, moyen et long terme.

Le sixième chapitre traite de la rencontre du génie de l'autre et du principe d'altérité.

Dans le septième chapitre, nous apprenons à vivre les périodes de transition et dans le huitième chapitre à conjuguer vie professionnelle et vie privée.

Dans le neuvième chapitre, nous parlons de la réactualisation de notre génie aux différentes étapes de la vie.

Dans le dixième chapitre, nous fournissons des outils de créativité pour explorer son génie.

Dans le onzième chapitre, nous parlons finalement du désir et du renoncement comme antagonisme dans la réalisation de soi.

Le douzième chapitre donne des pistes pour compléter la réflexion dans le champ du développement personnel.

Le livre est complété par un carnet de voyage. Ce document réalisé par Guy Laurence raconte un séminaire que j'ai animé dans le désert marocain.

De plus pour vous faciliter la recherche de votre génie j'ai élaboré en fin d'ouvrage un cahier de travaux pratiques.





Premier chapitre :

COMPRENDRE LE CONTEXTE DU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

"Dans les temps faciles,
les esprits organisés mécaniquement, suffisent.
En temps de crise, il faut du sentiment en plus du génie."

CHARLES DE GAULLE

Le fil de l'Épée Edition Berger-Levrault Page 38

Le contexte du développement personnel

À mesure que le travail de l'homme s'éloigne des activités agraires et industrielles, pour devenir de plus en plus lié à la créativité et aux qualités de communication de chacun, il se développe un intérêt croissant pour le développement personnel.

Nous sommes chacun de plus en plus confrontés à nous-mêmes dans le contexte de notre travail.

Animer une équipe, créer un nouveau concept pour l'entreprise, rédiger un texte sont à chaque fois des occasions de s'épanouir personnellement mais aussi des confrontations avec nos limites.

D'une manière générale, notre travail fait et fera de plus en plus appel à notre créativité. C'est pourquoi, il est normal que la question du développement personnel soit toujours plus d'actualité.

Le concept de développement personnel est apparu dans les années soixante à mesure que la psychologie s'est dégagée de l'analyse des pathologies pour se mettre aussi au service de

l'expression du potentiel de chacun. Un livre pionnier et une des meilleures références dans ce domaine, est le livre de Carl Rogers, "Le développement de la personne"². Mais il faut aussi rendre hommage au travail de fondation préalable effectué tout particulièrement par Carl Jung et bien évidemment Sigmund Freud.

Par ailleurs, plus récemment et dans un contexte plus journalistique de vulgarisation, le livre du journaliste Gilles Prod'homme "Le développement personnel, c'est quoi ?"³ fait un bon tour d'horizon de la problématique du développement personnel aujourd'hui et des différentes approches qui se sont multipliées.

Les outils de développement personnel sont nombreux : par exemple, l'analyse transactionnelle ou la programmation neurolinguistique sont parmi les plus connus.

Beaucoup d'approches ont l'avantage de faire référence à des théories et des grilles de lecture qui peuvent éclairer une problématique individuelle et lui permettre d'évoluer.

Leur inconvénient est que ces outils sont plus centrés sur la mise en œuvre universelle d'un certain nombre de concepts, que sur la singularité de chacun d'entre nous.

Cela n'enlève rien à la qualité et à l'intérêt de ces outils, mais c'est justement la grande valeur de ces outils qui est susceptible à un moment donné de finalement masquer l'enjeu de chacun dans son caractère unique.

Ce livre se situe volontairement dans une position qui est celle de se centrer sur la valorisation de l'évolution de la personne dans sa singularité.

Dans ce sens, je me sens proche et fidèle de Carl Rogers qui est fondateur de l'approche "centrée sur la personne".

En sociologie comme en psychologie, il est possible de faire une carte des différents courants de pensée en croisant deux axes.

Un axe nord-sud qui oppose les visions évolutionnistes et immobilistes ; un axe est-ouest qui oppose des visions objectivistes et subjectivistes. Pour ma part ma démarche se situe aux confins de l'axe nord-ouest. Mon approche est profondément évolutionniste et subjectiviste : ce qui m'intéresse est la capacité de chacun à

évoluer au-delà du champ du connu à travers ses qualités de sujet libre et autonome. Je m'oppose aux visions immobilistes et objectivistes qui considèrent l'homme comme le produit mécanique de lois psychologiques et sociales intemporelles.

Articulation du monde extérieur et du monde intérieur

Un des enjeux majeurs du développement personnel est l'articulation du monde extérieur et du monde intérieur.

Très souvent nous sous-estimons l'un et l'autre.

Nous connaissons mal notre monde intérieur : en quoi sommes-nous singuliers ? Quels sont nos qualités et nos défauts?

Mais cela est vrai aussi du monde extérieur.

Bien souvent nous avons une vision conformiste et étriquée de la réalité.

La réalité est de fait extraordinairement riche, diversifiée et nous vivons chacun enfermé dans une petite bulle fabriquée avec les éléments de la réalité que nous avons bien voulu accepter.

En fait, à chaque fois que nous enrichissons notre monde intérieur, nous ouvrons des nouvelles possibilités dans le monde extérieur. C'est pourquoi le développement personnel est si gratifiant pour tous ceux qui se mettent en marche dans ce sens.

Les bénéfices du développement personnel

Cela est parfois bien difficile de se mettre en marche mais le grand bénéfice du développement personnel, c'est justement d'être un être humain en marche.

Un des éléments les plus déprimants dans la vie est de ne pas avoir de sens.

Construire son sens est un élément essentiel de la vie.

"Il n'existe pas de bons vents pour celui qui ne sait pas où il va".

Celui qui a un projet peut même utiliser des vents contraires pour aller dans la direction qu'il souhaite. Petit à petit, en posant les pierres de son développement personnel, on construit autour de soi un monde qui nous convient vraiment et dans lequel on peut s'épanouir.

Les erreurs à éviter

L'erreur à éviter est de vouloir figer une fois pour toute sa vérité.

Le développement personnel est un processus constructiviste.

Il est important de régulièrement se remettre en cause mais aussi de remettre en cause le processus même que l'on utilise dans cette remise en cause.

Le développement personnel, la libération de soi, est le contraire du sectarisme, pourtant il arrive que le processus du développement personnel devienne le prétexte à un enfermement sectaire.

On peut aussi s'enfermer à l'intérieur de soi.

Certaines personnalités très riches en arrivent à faire de leur génie leur propre prison et cela d'autant plus qu'elles ont réussi.

Il faut faire preuve d'ouverture, s'intéresser aux différentes approches, aux différents outils mais ne s'enfermer dans aucuns.

Prendre du temps avec soi pour oser l'intimité avec soi-même mais aussi prendre du temps avec l'autre et oser l'intimité avec l'autre.

Il faut savoir garder l'équilibre et la mesure pour ne pas tomber dans des travers nés de l'excès.

Robert Musil dans "L'homme sans qualité" fait remarquer que le terme de génie est porteur d'un double sens. Il existe le "génie" de l'ingénieur qui vient du bas latin "*genium*" qui a donné le français engin, en italien *ingegno*, en anglais *engine* et par extension le "Génie Militaire", dont le sens premier est habileté et capacité. Et il y a un autre "génie" que l'on retrouve dans toutes les langues et qui, lui, vient de "*genius*" qui désigne "ce que l'on peut vénérer de plus noble dans l'esprit humain", la partie transcendante de l'homme dans laquelle il puise sa créativité.

La confusion de ces deux manières d'utiliser le terme de génie amène une fâcheuse dérive et l'on appelle génial ce qui n'est que virtuosité, d'où "des footballeurs géniaux et pourquoi pas des chevaux de courses". Les deux significations se sont embrouillées dans toutes les langues, mais peut-être plus particulièrement en allemand où la confusion entre génie et ingéniosité est très caractéristique⁴.

Découvrir son génie "*genius*" est la chose la plus simple du monde, encore faut-il se l'autoriser et accepter de se vivre comme différent de son entourage.

Or, comme l'a montré René Girard, nous sommes conditionnés par notre désir orgueilleux d'être les meilleurs. "Je suis le meilleur" suppose que "je" sois comparable, c'est-à-dire comme les autres et par conséquent loin de moi-même en tant qu'être unique et différent. Cet éloignement de moi ne fait qu'augmenter mon besoin de ressembler et de me comparer : c'est un cercle vicieux qui se renforce vertigineusement.

Ainsi, dans sa volonté de bien faire, l'individu s'éloigne toujours plus de son génie et ce qu'il ne se permet pas à lui-même est évidemment ce qu'il n'autorisera pas à autrui. N'acceptant pas sa propre différence, il n'acceptera pas non plus celle d'autrui. Et finalement, derrière un discours banalisé et incantatoire sur la nécessité d'innovation, le vécu dans les entreprises reste cet éternel constat que la meilleure manière de se faire exclure est d'apporter une idée réellement nouvelle.

Gérer son génie et celui de ses collaborateurs implique d'avoir dépassé la réaction automatique que nous avons intégrée par habitude : faire de l'autrui, du différent le bouc émissaire de nos misères.

Ainsi voit-on régulièrement être lapidé celui qui justement est en train d'ouvrir une brèche dans une situation sans issue.

Pourquoi l'homme préfère-t-il si souvent mourir ou tuer plutôt que d'accepter son génie et celui de l'autre ?

Accepter son génie ou celui de l'autre signifie accepter d'être unique, accepter d'être radicalement et définitivement seul.

Pour dépasser cette difficulté et la dépasser nous devons prendre pleinement conscience et nous préparer à l'angoisse qu'amènent cette déterritorialisation et cette solitude fondamentale liées au génie.

Cela est difficile de n'avoir d'autres critères de référence que ceux que nous nous donnons.

Dans ce contexte, le masque formel que nous nous sommes construits pour le jeu social se désintègre. Ce qui remonte derrière, nous empêchant encore d'atteindre notre génie, c'est la turbulence des affects, les désirs et les haines, les goûts et les dégoûts, et ce n'est qu'après avoir intégré ce niveau turbulent, l'avoir apaisé, que l'on peut accéder au vide, qui permet d'atteindre le niveau de l'inspiration et l'ancrage profond de l'être dans son génie.

Pourquoi un projet de vie est-il aujourd'hui si important ?

Pendant près de trois millions d'années, l'humanité a été constituée d'une multitude de tribus éparpillées qui survivaient grâce à la chasse et à la cueillette. Ces tribus subissaient de manière inconditionnelle les aléas climatiques. Leur fragilité face à la nature et aux animaux prédateurs était immense. La précarité, le nomadisme, les traditions orales transmises à travers des rituels étaient leur vie quotidienne.

Ce début de l'humanité est balbutiant, l'écriture n'existait pas et la mémoire de ces temps ancestraux s'est perdue. Les ethnologues, les archéologues et l'étude de la préhistoire nous ont fait découvrir récemment ces racines cachées de notre humanité. Les dernières tribus aborigènes, en Afrique et en Amazonie, sont comme des fossiles qui nous permettent de mieux comprendre ce passé enfoui par les strates de l'Histoire.

Les premiers signes d'agriculture et d'élevage apparaissent il y a seulement trente mille ans. Il y a dix mille ans, avec l'agriculture et l'élevage naissent l'écriture et la capacité à compter, à numériser. Avec l'écriture, le temps se transforme et devient Histoire, l'huma-

nité pour la première fois se donne les moyens de conserver et de gérer de l'information, elle peut commencer à capitaliser systématiquement sur son expérience. Les civilisations peuvent se construire et s'articuler autour de royaumes et d'empires qui s'organisent en de vastes ensembles.

Ce n'est qu'il y a environ trois siècles, au siècle des "Lumières", que la civilisation moderne avec son emphase sur l'industrie et le commerce va pouvoir prendre son essor. Urbanisation, développement de la science, diffusion à large échelle des connaissances grâce à l'imprimerie sont les caractéristiques de cette nouvelle civilisation dite moderne.

À chaque étape de cette évolution, l'individu dans son identité s'est réinventé fondamentalement.

Au départ, l'homme tribal était fondu dans le groupe. Puis, pendant l'ère agraire, l'individu tirait son identité de son appartenance à une caste et de son positionnement dans une organisation hiérarchique rigide. Avec la société industrielle enfin, l'individu acquiert une certaine autonomie à travers la capacité de chacun à se spécialiser selon ses compétences.

Aujourd'hui, les processus industriels et commerciaux sont appelés à être de plus en plus informatisés. De la même manière que l'agriculture en s'industrialisant a libéré massivement de la main d'œuvre, l'informatisation de la société industrielle libère aujourd'hui l'homme d'une multitude d'activités qui structuraient jusqu'à présent son identité.

L'identité du primitif chasseur-cueilleur a laissé la place à l'identité du paysan agriculteur-éleveur qui lui-même s'est effacé devant le développement massif des spécialistes de la société industrielle et commerciale.

Aujourd'hui, dans un univers où les connaissances évoluent sans cesse, la valeur des spécialistes tend à s'atténuer. La valeur d'un individu devient sa capacité à créer et à communiquer une information nouvelle. Le monde de demain dans son extraordinaire richesse et complexité nous renvoie chacun à notre génie, c'est-à-dire à cette capacité singulière de chaque homme à créer

de la différence, de l'altérité et à communiquer avec les autres dans la richesse de cette différence, de cette altérité.

En passant de la société industrielle à la société de la création, nous passons d'un individu dont le droit et le devoir sont fondés sur l'égalité à un individu dont le droit et le devoir sont fondés sur la différence. Non pas une différence de niveau hiérarchique comme pendant l'ère agraire mais une différence construite sur l'altérité, c'est-à-dire sur le fait que chacun d'entre nous est unique, différent. C'est cette différence qui fait toute notre richesse car en découvrant ce qu'il y a d'unique en nous, nous découvrons ce que nous, seuls, sommes à même d'apporter au monde et ainsi, nous pouvons construire notre projet de vie, nous pouvons donner du sens à notre vie.

La crise du sens qui traverse toute notre civilisation ne pourrait-elle pas trouver sa solution dans ces droits et devoirs fondamentaux de chaque individu à s'inventer comme sujet singulier ?

Ce qui nous a donné pendant des générations notre identité, appartenance fusionnelle à une collectivité, positionnement hiérarchique dans une caste, savoir acquis à travers la spécialisation, toutes ces identités héritées du passé qui aujourd'hui nous rassurent ne sont-elles pas celles-la même qui nous précipitent dans la crise ?

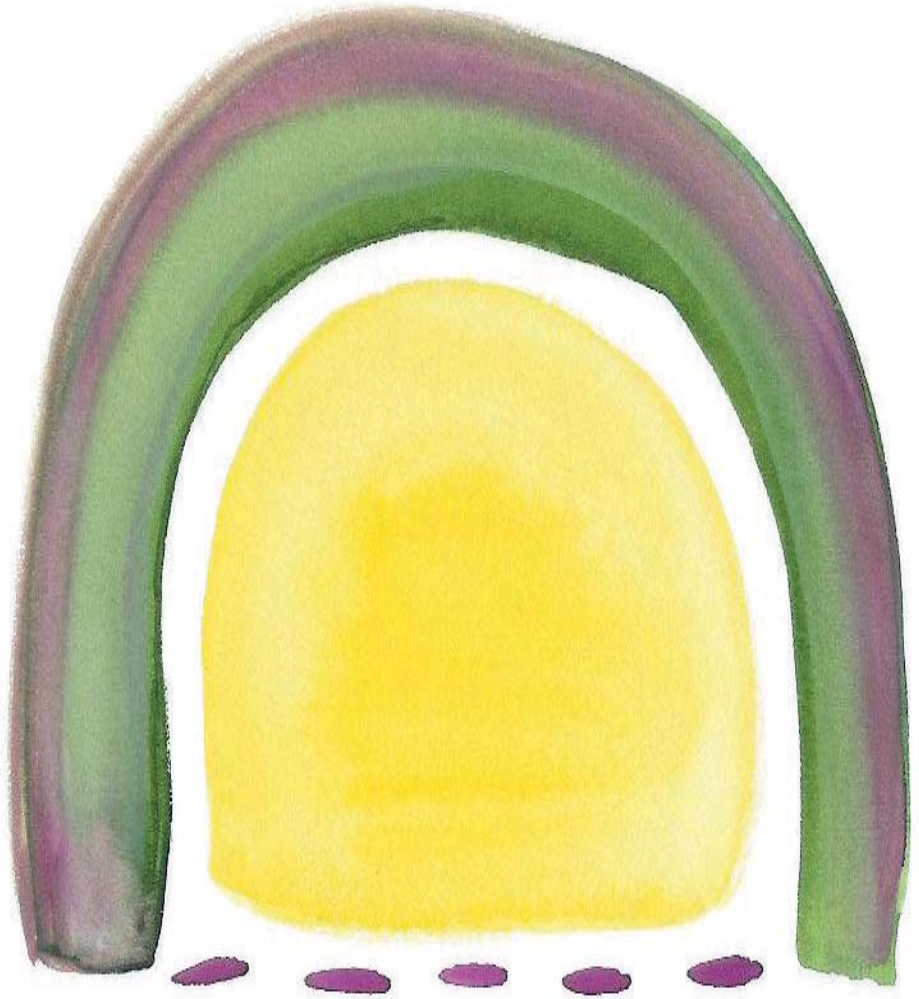
Toutes ces identités ne sont-elles pas des leurres ?

Ne sont-elles pas aujourd'hui radicalement caduques ?

Ne bloquent-elles pas des millions d'individus dans des voies sans issue qui les précipitent vers le chômage, la marginalisation et l'effondrement de leur personnalité ?

Bien sûr, l'industrie ne va pas disparaître, pas plus que l'agriculture n'a disparu au moment de la révolution industrielle. Bien au contraire, l'agriculture en s'industrialisant a multiplié sa productivité tout en libérant les hommes des tâches agraires. De même, l'univers industriel et commercial est en train de s'informatiser en rendant obsolètes les spécialisations d'antan. L'intelligence algorithmique et l'activité de production sont prises en charge par l'ordinateur et les robots.

L'homme est ramené à ce qui le distingue le plus radicalement parmi les vivants : sa capacité à créer et à communiquer de



nouveaux concepts, c'est-à-dire son intelligence heuristique. Déjà le coût de production matériel d'un produit est largement inférieur au coût engendré en amont par sa conceptualisation (création) et en aval par la sensibilisation du public (communication). Que ce soit pour une voiture ou un ordinateur le coût de production pur ne représente plus qu'un faible pourcentage de la valeur marchande, et il va encore chuter avec la complète informatisation et robotisation du circuit commercial et industriel.

Depuis dix ans, le chômage est en croissance rapide dans l'univers industriel, mais il manque encore beaucoup de "génie" pour relever le formidable défi de création et de communication de ce siècle.

Situation paradoxale où le déficit en "ressources humaines" est masqué par l'illusion d'une pléthore de "main d'œuvre" ! Mais justement peut-on considérer le "génie humain" comme une "ressource" ?

Le fait que l'on soit passé en dix ans du poste de "directeur du personnel" au poste "de gestionnaire des ressources humaines" est doublement symptomatique. D'une part, on y lit une claire tentative de valoriser ce qui apparaît finalement comme la principale ressource des entreprises. D'autre part, on s'enfonce encore plus loin dans une sorte d'instrumentalisation mécaniste des "ressources" de l'homme à l'image de ce que nous avons si bien su faire avec les autres ressources minérales, végétales et animales. L'important en l'homme n'est justement pas sa dimension minérale, végétale ou animale, mais son génie, sa capacité à créer de l'altérité, du différent, du nouveau. C'est cette capacité que l'ordinateur ne peut concurrencer et qui fait définitivement la différence dans la valeur qu'a aujourd'hui un individu ou une entreprise.

C'est pourquoi l'instrumentalisation de l'homme comme un rouage mécanique de l'entreprise est aujourd'hui un non-sens et la notion même de "ressources humaines" porteuse des confusions du passé.

Einstein avait noté que l'on ne peut résoudre un problème fondamental au niveau logique où il se pose : c'est justement le

propre du génie d'apporter un regard venu d'ailleurs sur les choses.

L'acte créateur est un saut dans le vide, il trouve son origine dans un au-delà de l'ordre et du désordre, il s'inscrit dans un processus d'inspiration où il faut accepter de se perdre avant de trouver.

Aujourd'hui il nous faut une pensée de la complexité qui tienne compte du fait que le tout est plus que la somme des parties, et qui inscrive l'homme dans sa dimension d'inspiration et de poésie.

Nous avons merveilleusement compris grâce à la pensée analytique comment produire, rationaliser et industrialiser, il nous reste à apprendre à écouter et à utiliser nos rêves, notre imagination et notre puissance de création pour construire une réalité qui réponde à nos aspirations spécifiquement humaines.

La mutation des métiers

Nous savons aujourd'hui que 90% des métiers de demain sont inconnus et qu'il nous faudra sans doute changer plus de cinq fois de domaines au cours d'une vie active. Peut-on toujours dans ce contexte parler de métier ?

L'hyper spécialisation du siècle dernier ne débouche-t-elle pas là sur quelque chose de complètement différent ?

L'âge Industrie-Commerce a obligé l'homme à se "spécialiser", l'âge de la Création-Communication l'implique dans son "génie".

Il ne s'agit pas alors de telle ou telle performance effectuée avec brio comme les grands spécialistes savent le faire, il ne s'agit pas "d'ingéniosité", de "*genium*"; il s'agit d'être capable d'apporter au monde ce trait bien particulier qui fait que nous ne ressemblons individuellement à aucun autre être. Il s'agit de trouver cette posture, source de notre aisance et de notre différence, qui est l'essence de notre être au monde et de notre bien-être. Ce que l'on peut vénérer de plus noble dans l'esprit humain, la partie transcendante de l'homme dans laquelle il puise sa créativité : le génie au sens de "*genius*".

Il est clair que dans un monde où les mutations ne font que déboucher sur des mutations encore plus radicales, il est fondamental, pour survivre dans la plénitude, d'atteindre en soi ce point essentiel où l'on accède à la permanence de soi.

On voit bien ici que nous sommes loin des "formations" ou des "écoles" spécialisantes de l'âge Industrie-Commerce, qui avaient l'avantage de nous éviter de nous poser trop de questions sur nous-mêmes. À l'inverse, c'est une recherche perpétuelle de nous-mêmes, une profonde et authentique quête intérieure que nous demande l'âge de la Création-Communication.

C'est à partir de cet ancrage dans notre génie que nous serons capables d'inventer notre "métier" ou plutôt notre "vocation" ou "talent" qui aura sans doute la curieuse caractéristique d'être unique.

De la même manière qu'à la fin de l'ère agraire a commencé la révolution industrielle, nous risquons de traverser une période assez troublée. À cette époque, en effet, les débuts de mécanisation de l'agriculture ont libéré beaucoup de main-d'œuvre bien que l'industrie elle-même ne soit pas encore assez développée pour employer toute cette main-d'œuvre. Cette époque de décollage de l'ère industrielle a été marquée par la migration vers les villes et un prolétariat déraciné et pauvre ; il a fallu que l'ère industrielle arrive à maturité pour que cette main-d'œuvre massive soit assimilée et constitue petit à petit la classe moyenne grandissante assurant la consommation des biens produits par l'industrie.

Maintenant que la fabrication de ces produits peut être informatisée ou délocalisée vers des pays en voie de développement et que l'on arrive en même temps à une saturation de la demande solvable, le travail tend à nouveau à se faire rare.

Aujourd'hui, la relance hypothétique de l'économie ne changera rien au problème du chômage. Le chômage n'est pas lié à un ralentissement conjoncturel de notre économie, mais à une mutation structurelle qui ne fait que commencer et qui va précipiter, comme chacun le comprend ou le pressent inconsciemment, des milliers de personnes au chômage.

Que se passe-t-il derrière tout cela ? Si l'on étudie l'histoire de l'humanité, on s'aperçoit que c'est l'histoire d'un rêve. L'Homme a rêvé de voler, il a volé. Il a rêvé d'aller sur la lune, il y est allé. Depuis toujours, l'Homme a rêvé de se libérer des tâches laborieuses, il est en train de le faire à travers les robots et l'informatique.

Quelle honte à cela ? Précédemment, nous avons bien su nous libérer du travail de la terre qui, il y a à peine un siècle, occupait la majorité d'entre nous. Aujourd'hui nous fonctionnons encore sur les modèles philosophiques et économiques de l'aube de l'ère industrielle alors qu'il nous faut inventer un modèle post-industriel. Libéralisme, communisme et socialisme sont des modèles issus du dix-septième siècle alors que l'homme essayait d'imaginer une économie de production industrielle de masse en émergence

Ces modèles ne peuvent plus rendre compte de la réalité actuelle, la production industrielle est de plus en plus démassifiée, et surtout, à cause des phénoménaux gains de productivité à travers l'informatique et la robotique, elle est de moins en moins créatrice d'emplois et de valeur ajoutée.

C'est "la fin du travail" au sens où on l'entend dans la société industrielle, et donc de la valeur du capital en tant que levier d'investissements productifs : et pour cause, les monnaies ne servent plus que de manière statistiquement infime dans les échanges et les investissements matériels. La plus grande part ne servant qu'à gonfler la bulle spéculative du marché monétaire lui-même (qui représente 300 fois les investissements dans le marché des actions ou celui des matières premières).

À la fin de l'ère Agriculture-Elevage, en France et dans toute l'Europe, nous avons vu l'ordre monarchique ancien petit à petit perdre tout sens dans des jeux de cour mondains ou des guerres de tranchées précipitant la misère. De même aujourd'hui, à la fin de l'ère industrielle, nous voyons l'ordre économique industriel perdre sens, emporté par la spéculation et les logiques de dumping et de concurrence exacerbées qui précipitent la misère.

À la fin de l'ère Agriculture-Elevage, la formation de la conscience régionale et nationale, la saturation des terres opérée par la population grandissante, rendait grotesque la logique guerrière qui légitimait les systèmes monarchiques. Il fallait inventer une nouvelle économie, qui permette de libérer les échanges et la science en émergence. De même aujourd'hui, notre système économique, qu'il soit de droite ou de gauche, apparaît barbare face à la fin de la civilisation du travail.

Il nous faut changer les bases mêmes de notre raisonnement, de notre système de valeurs.

Il y a un gigantesque effort de créativité et de communication pour rendre conscients les immenses enjeux ce siècle et y trouver des solutions nécessairement innovantes.

La classe moyenne, fondement de la solvabilité des marchés de masse, s'appauvrit partout dans les pays avancés, ce qui précipite d'autant plus la crise. Ford avait compris à l'aube de l'ère industrielle, que c'était la richesse des employés qui assurait la solvabilité d'un marché de masse pour ses produits. C'est ce cercle vertueux qui a alimenté le décollage industriel, libéral aussi bien que socialiste ou communiste. Mais qu'arrive-t-il quand, comme aujourd'hui, la quantité de main-d'œuvre n'est plus corrélée à la productivité, sinon de manière inversement proportionnelle ? Alors le cercle vertueux devient un cercle vicieux, où plus de productivité veut dire moins de travailleurs, donc moins de clients solvables.

Les prix des biens industriels s'effondrent, comme s'est effondrée durant tout le dernier siècle, la part relative du budget consacrée à la nourriture et aux achats du type Agriculture-Elevage.

Automobiles, télévisions, réfrigérateurs, ordinateurs sont banalisés. La nouvelle génération les associe au monde "naturel" comme notre génération considère comme "naturel" de manger à sa faim, ce qui était encore un luxe au siècle précédent.

Pendant un million d'années de Chasse-Cueillette, l'Homme a eu comme motivation la survie ; l'Agriculture-Elevage, pendant 10 000 ans, a été une manière d'augmenter sa sécurité ; l'ère Industrie-Commerce, en un siècle, a permis d'optimiser définiti-

vement la sécurité et de développer la sociabilité à grande échelle. Au-delà du besoin de sociabilité que nous ont procuré réfrigérateurs, voitures, télévisions et téléphones, le quatrième besoin, selon le sociologue Maslow, est le développement personnel.

L'ère post-industrielle devait voir émerger une économie basée sur les échanges culturels, le développement artistique et spirituel de l'Homme.

Déjà aujourd'hui, l'échange d'informations des êtres humains sur la planète double environ tous les quatre ans alors que l'économie de biens matériels stagne.

Les échanges immatériels explosent mais ces échanges sont bien souvent peu capitalistiques et difficilement mesurables en termes économiques classiques.

Écrivains, savants, musiciens, inventeurs, animateurs, conférenciers, tous les métiers à forte valeur ajoutée et peu capitalistiques se multiplient. Leur réussite ne s'appuie pas sur une prise de pouvoir hiérarchique, mais sur l'audience qu'ils reçoivent.

Contrairement à l'ère industrielle, ce nouveau tissu économique est fortement démassifié et repose sur la valorisation des singularités.

Tandis que l'entreprise industrielle se vide des acteurs de sa production, les réseaux créatifs se gonflent d'auteurs de l'innovation.

Dans l'ère de la Création-Communication, on peut imaginer que l'Homme ait le même intérêt pour le développement de sa conscience qu'il en a eu pour le développement technologique dans l'ère industrielle

On peut imaginer que petit à petit se développe un véritable marché de la conscience et que toute une nouvelle économie, basée sur le loisir, le divertissement, apporte la création de multitudes d'emplois nouveaux aussi éloignés de l'ère industrielle que le sont les emplois de l'ère industrielle des emplois du type agricole.

Toujours plus libres ?

Durant toute la période où l'activité humaine était centrée sur la Chasse-Cueillette, l'homme était aliéné à la nature sauvage puisqu'il ne survivait que par osmose avec cette nature. En revanche, il n'existait pas ou peu d'exploitation de l'homme par l'homme.

Avec l'Agriculture-Elevage, l'homme se libère de l'aliénation à la nature et conquiert une stabilité qui permet le développement de l'écriture. Mais cela s'est fait au prix du développement de l'esclavage à large échelle : une minorité se dégage des travaux physiques et profite des efforts fournis par une majorité. Sa survie assurée, cette minorité peut développer une plus grande activité culturelle.

Avec l'Industrie-Commerce, la technologie et les machines permettent de libérer l'ensemble de la population des travaux de force. L'esclavage est aboli et l'homme découvre la liberté de gérer sa vie indépendamment de castes rigides et d'un ordre hiérarchique strict. Mais, parallèlement la machine tend à instrumentaliser l'homme, à le découper rationnellement pour l'affecter à des tâches spécialisées. L'homme, par la spécialisation, devient un rouage de la machine économique. À la libération du corps de l'homme correspond son aliénation au désir de consommation matérielle. Il est d'ailleurs symptomatique que c'est dans cette période que le sport et les loisirs se généralisent. En fait, le corps de l'homme se libère de sa charge de travail et conquiert le statut d'un espace hédoniste. Le "body-building" par exemple est l'archétype de ce corps devenu espace de ré appropriation hédonique.

Avec l'âge de la Création-Communication, nous assistons une nouvelle fois à ce processus parallèle d'aliénation et de libération ; mais cette fois sur un fond d'aliénation-libération ultime puisque ce n'est plus le corps qui est en jeu mais le psychisme. Notre cerveau tend à être simultanément aliéné par la rationalisation digitale des processus d'informatisation et libéré de la nécessité de s'investir outre mesure dans cette dimension infiniment mieux prise en charge par les ordinateurs. Du coup, l'homme qui s'était peu à peu réapproprié son corps, se réapproprie de plus en plus son cerveau pour un développement subjectif, hédonique, poétique et

spirituel de la conscience. Ainsi, les formations au développement personnel où se mêlent développement de la créativité, de l'intuition et connaissance de soi ont connu un essor sans précédent. Nous passons du "body-building" au "brain building".

Les sports sont eux-mêmes en train de se modifier : dans les nouveaux sports de glisse, surf en tout genre et autres deltaplanes, l'activité physique est avant tout le support, le prétexte de la recherche d'une sensation d'un "feeling" qui tend d'ailleurs à évacuer le côté compétition propre aux sports de la génération précédente.

C'est ici que commence une nouvelle civilisation.

Le monde s'offre à nous comme un gigantesque chaos, chaos d'informations, chaos des monnaies, chaos des cultures. Nous ne survivrons que par l'ouverture empathique à ce gigantesque chaos mais aussi et surtout par notre capacité à nous recueillir sur notre intériorité qui seule, au-delà des différences formelles, peut donner du sens à l'altérité.

Dans ce sens-là, tout le courant de "psychologie transpersonnelle" offre un espace de rencontres, au-delà des sectarismes culturels, à une spiritualité vécue par chacun en toute liberté en tant qu'elle est ouverture à la question du sens. Ce courant de psychologie, issu des travaux de Karl Jung, est présent dans la plupart des pays d'Europe et d'Amérique.

Le yoga en ce qu'il est une spiritualité intégrative qui s'ouvre aux autres spiritualités et intègre le corps, l'âme et l'esprit, est un autre exemple intéressant de conjugaison transculturelle.

Le travail sur l'intériorité et la subjectivité va devoir prendre, dans les années qui viennent, l'importance des sciences de la matière au cours des siècles précédents.

Chacun de nous doit savoir préserver un espace d'intériorisation qui lui permette de méditer et de construire de manière visionnaire et créative sa propre vie. Autrefois, chacun vivait enfermé dans son milieu social et, qu'il le désire ou non, en sortir aurait été bien difficile. Aujourd'hui toutes ces formes de stabilité sont perdues, chacun de nous survit ou disparaît selon sa capacité à se créer comme un être original porteur d'un sens nouveau. Cette

création demande une intériorité profonde, une capacité de visionnaire.

Il semble que dans la révolution de l'intelligence qui ouvre les portes à l'âge de la Création-Communication, un des éléments décisifs qui vont déterminer la réussite ou la disparition des individus va être leur capacité à « penser » leur destin et à agir en conséquence.

Cette vie engagée sera un facteur fondamental de réussite car c'est par cet élan intense hors de la "normose" à laquelle nous a soumis le monde industriel que l'individu peut dépasser une pure exploitation technique de lui-même et déployer les ailes de son génie.

Créativité contre sécurité

Dans l'âge de la Création-Communication, tout se joue entre la nécessité de "l'excentricité" afin d'être capable d'apporter une valeur ajoutée créative et la capacité à intégrer les contraintes d'un système plus ou moins fermé dans lequel on doit insérer cette valeur ajoutée créative. Si la phase d'élan dans la dimension d'excentricité demande de la créativité, cette créativité doit être en quelque sorte redoublée pour inventer, en plus, la façon de réintégrer le système. Dans ce processus de retour, il va falloir tenir compte des contraintes du système ambiant et les contourner avec créativité afin de faire exister la différence dont on est porteur.

Si l'écoute de soi est nécessaire dans le premier moment où l'on apprend à puiser au fond de soi-même la différence, l'écoute des autres devient fondamentale dans le deuxième moment car nous sommes obligés de comprendre leur différence afin de faire passer notre différence. On voit bien que cette rencontre avec l'autre et avec soi-même est porteuse d'une intensité, d'un plaisir, d'un désir mais aussi d'un potentiel d'angoisse infiniment plus grand que les rapports normatifs qui ont eu tendance à se développer dans l'âge industriel et commercial.

À mesure que l'individu s'engage dans le mystère du monde et de lui-même, il sent se briser en lui une certaine barrière, une certaine limite, un peu comme le franchissement du mur du son.



L'intensité appelle l'intensité et petit à petit l'être tout entier s'enflamme. Cette flamme brûle progressivement toutes ses peurs et l'individu n'a alors plus grand chose à faire de tous les points de sécurité qui président à la vie ancienne. C'est comme si l'individu cessait d'être un astre mort pour devenir un soleil qui respandit de sa propre singularité.

La vie devient alors originale dans tous les sens du terme, c'est-à-dire originelle et unique.

L'être qui a lâché prise s'autorise alors à se révéler dans toutes ses ombres et ses lumières. À travers sa manière de se mouvoir dans le monde, il crée un nouveau monde.

Le temps s'inverse car plus il vieillit, plus il s'enfonce dans son originalité et plus il retourne à son essence.

La mort n'est plus perçue comme la fin mais au contraire comme l'aboutissement, le point où l'âme se libère des contraintes du corps lui-même.

Dans ce processus, on est emporté dans le mystère du monde, toujours plus vite, et l'on se met à apprendre. Mais ce que l'on apprend n'est plus de l'ordre du "savoir", ni du "pouvoir", ni même du "concevoir" ; c'est du "voir" dont il s'agit, c'est-à-dire qu'on apprend à voir l'essence même de la réalité dans son déploiement mystérieux.

Alors la vie cesse d'être sous le joug de la loi, sous le joug du bien et du mal, sous le joug du discours qui segmente et divise mais s'emplit de miracles, devient symbole.

La dimension spirituelle

La maîtrise de l'information est un facteur fondamental de réussite que ce soit pour les individus, les entreprises ou les Etats. Il existe actuellement une pléthore d'informations. Le problème n'est plus tellement d'avoir l'information, mais plutôt de savoir naviguer à l'intérieur tel un bateau au milieu de l'océan.

L'accumulation même du savoir nous lance un nouveau défi, il nous faut un nouveau savoir, le "savoir évoluer dans le savoir". Et ce "savoir évoluer dans le savoir" pose un problème habituelle-

ment évacué dans les systèmes de connaissances classiques, le problème du cadre de référence, c'est-à-dire comprendre sur quel système de valeurs, à partir de quels critères je considère qu'une information est importante pour moi.

Dans le cadre classique de la diffusion du savoir de l'âge industriel et commercial, le problème était résolu par la spécialisation. Dans le cadre de l'âge de la Création-Communication où l'individu cesse d'être un spécialiste pour se déployer dans son génie spécifique, toute acquisition de connaissances passe par un examen de conscience approfondi de la direction dans laquelle chacun veut se diriger.

Ainsi, contrairement à l'âge industriel où apprendre suit un processus en quelque sorte mécanique d'accumulation de savoir, l'âge Création-Communication au contraire, développe une nouvelle approche de la connaissance qui part d'une question essentiellement spirituelle :

Que suis-je venu faire sur la terre ?

Que puis-je apporter de meilleur à la planète ?

De toutes les cultures émanent des témoignages d'individus ayant atteint un haut niveau de sagesse, ces personnages sont même souvent fondateurs de civilisations qui ont gardé précieusement la trace de leurs faits et gestes. Et il est facile de constater qu'au-delà des particularismes culturels, ces témoignages ont une profonde cohérence les uns avec les autres.

Cette cohérence a été longuement rendue explicite par Carl Jung qui a fondé sur cette base la notion "d'inconscient collectif". Des auteurs aussi éminents que Aldous Huxley ou Mircea Eliade ont poursuivi par la suite ce travail qui a donné lieu, dans le monde entier, au développement de la "Psychologie Transpersonnelle".

Des physiciens comme Fridjof Capra ont par ailleurs montré que les descriptions de la réalité faite par ces "sages" à partir de leur expérience mystique vécue, collent étrangement avec la réalité décrite théoriquement par la physique moderne.

Ainsi il devient apparemment clair que l'une des tâches les plus importantes à laquelle nous devrions consacrer notre intelligence et nos moyens est l'exploration du développement de la conscience.

CHERCHER

Je cherche, je cherche
Mes talents enfouis

Je cherche, je cherche
L'objet sacré
Métaphore de ma vie

Je cherche, je cherche
A faire éclore ce bouton
Qui ne demande qu'à fleurir.

CD

Deuxième chapitre :

SE RAPPROCHER DE SON GÉNIE

"Seule en effet, la singularité, qui dépasse à la fois le particulier et l'universel peut être objet d'amour"

LUC FERRY, *Qu'est ce qu'une vie réussie ?*, Grasset, P 479

Libérer du temps pour être

Atteindre le niveau de l'inspiration suppose un renversement de notre conception du temps, du monde et de nous-mêmes.

Du temps d'abord, car la possibilité d'inspiration naît de la fracturation du temps mesurable et efficace de notre montre. Le processus de création prend du temps, un temps fou, encore qu'il se nourrisse de tout, mais surtout évidemment de temps perdu. Ce qui empêche beaucoup de gens d'accéder à leur génie est qu'ils ne s'autorisent pas à en prendre le temps.

Mieux que cela, il faut accepter ce temps bien particulier de la création fait d'accélération sublimes et de ralentissements himalayens. Le "juste à temps" industriel en prend un sacré coup dans l'aile n'en déplaie à l'efficacité. Mais peut-on appeler efficacité ce qui n'est que la frénésie d'avoir toujours plus, frénésie oublieuse de l'être.

L'humanité arrivée à maturité appelle la véritable efficience, celle d'une contribution authentique, unique et pleinement consciente au monde qui nous entoure. Efficience que l'on ne peut atteindre par l'instrumentalisation aveugle de soi-même et du monde. Efficience qui suppose de s'ouvrir aux mystères du monde, d'être

réceptif, de revenir en quelque sorte à l'émerveillement de l'enfant tout en le doublant de la conscience ouverte de l'adulte.

L'ego, la personnalité et le génie

L'ego, la personnalité et le génie, sont une manière de décrire l'intégration successive que peut connaître un être humain dans la découverte de lui-même.

L'Ego est la partie de nous qui est enfermée dans le niveau formel de notre personnalité. Dans un premier temps, nous découvrons notre ego, c'est-à-dire notre corps, notre capacité à nous souvenir, notre capacité à réfléchir et petit à petit, l'ego s'aggrave au point de nous enfermer dans sa logique.

On peut être très intelligent, avoir une culture immense, et être enfermé, comme dans une prison dans notre ego. Le mental n'arrête pas de réfléchir, de calculer et plus il le fait, plus l'ego se gonfle de son savoir. Mais tout ce savoir accumulé, bien qu'il ait une valeur en soi, ne nous apporte que peu face au jaillissement de la vie, face au changement. Une personne enfermée dans son ego, même si elle est très savante, belle, intelligente est toujours un peu ennuyeuse, car n'ayant pas encore su créer son style propre, elle ne déclenche pas d'émotions.

C'est pour cela qu'au-delà de l'ego, le problème de tout être humain est de trouver sa personnalité. La personnalité est, au-delà du savoir accumulé, la capacité à créer son style, de manière originale.

La notion de style peut paraître superficielle, cependant ce qui différencie un "Mozart" d'un autre musicien, c'est justement cette capacité à créer un style musical nouveau. Développer sa personnalité n'est pas de l'ordre de la science, ni du savoir, cela est de l'ordre de l'art, de la sensibilité.

Si l'ego est la dimension formelle de l'être humain, la personnalité est de l'ordre du turbulent. On devient une personnalité lorsque quel que soit son domaine d'activités, au-delà du savoir, on sait développer un style qui nous est propre.

On devient une personnalité lorsqu'on sait faire de chacun des actes de sa vie courante, une création artistique.

Le travail sur la personnalité implique que l'individu sache explorer son inconscient et enrichir sa vie formelle par toute la richesse turbulente de son inconscient. Le style s'affirme dans la mesure où l'ego s'ouvre à l'inconscient et accepte d'en témoigner.

La personnalité se développe à mesure que l'individu développe son contact avec la sensibilité, les émotions, les rêves, les désirs.

Le troisième niveau, le génie, est une intégration encore plus profonde que l'on peut situer au-delà même de la personnalité.

Si la personnalité est de la dimension de l'art, le génie fait référence à l'expérience de la dimension spirituelle de l'Homme, cette dimension est transpersonnelle. Le psychologue Carl Jung a montré comment, à partir d'un certain degré d'intégration de la personnalité et de l'inconscient individuel, l'être humain peut accéder à une conscience qui dépasse les limites de la personne, il a nommé cela "l'inconscient collectif".

L'inconscient collectif est transpersonnel, car l'individu y découvre des archétypes, des structures fondamentales, qui sont l'essence même d'où émergent les différents types de consciences de la réalité.

À travers l'inspiration et l'expérience spirituelles de la découverte de l'inconscient collectif, l'individu accède à un au-delà de la matière, un au-delà de l'énergie, un au-delà de l'espace et du temps, qui lui donnent l'intuition des processus qui président à la création.

La personnalité, quand elle accède à "l'inconscient collectif", se ressource au cœur de la matrice universelle des grands archétypes structuraux et peut s'affirmer dans toute sa singularité, son génie.

Quand la personnalité est en contact avec son génie, le style est magnifié, il est enrichi d'une profondeur de sens qui est caractéristique de la "sagesse".

On retrouve dans les écrits de la plupart des personnalités en contact avec leur génie, des témoignages de rencontres avec la dimension d'inspiration; ces témoignages sont caractérisés par

leur dimension spirituelle : Descartes, Einstein, Van Gogh, Spinoza, Platon... la liste est grande.

Il n'y a pas, à ma connaissance, de personnalité, qui ait marqué l'humanité de manière fondamentale, qui n'ait laissé des témoignages de l'expérience du contact avec cette dimension d'inspiration spirituelle.

L'analyse de ces textes montre qu'au-delà des caractéristiques liées à la culture et à l'époque, on y retrouve des traits communs.

Ainsi, même si le voyage de l'individu à travers son ego, sa personnalité et son génie est une expérience par définition subjective et intime à chacun, elle est rendue de plus en plus étudiable objectivement à mesure que nous accumulons des témoignages sur ce processus.

Tout être humain peut accéder au génie ; ce qui nous en empêche est surtout lié à aux systèmes de croyances culturelles qui nous enferment dans notre égotisme.

Jusqu'à ce jour, la plus grande partie de l'humanité était engagée dans des tâches laissant peu de place à la valorisation du génie. Il faut, comme aujourd'hui, que les besoins de l'Homme en nourriture et technologies soient assouvis pour une masse croissante d'individus, pour qu'un nombre grandissant d'individus puissent se consacrer à la découverte de leur personnalité et de leur génie.

Les trois niveaux de conscience

On peut distinguer trois niveaux de conscience et de développement du potentiel individuel.

La première dimension, que nous appelons "formelle", correspond à la dimension logique binaire "oui ou non" ; la deuxième dimension, que nous appelons "turbulente", correspond à la logique intégrative "oui et non" ; la troisième dimension que nous appelons "vide", correspond à la logique paradoxale "ni oui, ni non".



Niveau intellectuel formel : logique binaire (oui ou non).

L'intelligence rationnelle formelle : (par exemple "1+1=2") est la base de notre compréhension logique. C'est la conscience incarnée dans la temporalité, qui manie plus ou moins le raisonnement systématique rationnel et discursif.

La conscience formelle est celle que nous avons lorsque nous nous concentrons sur notre corps, nos sens et notre intellect. La réflexion scientifique est bonne gymnastique pour développer une conscience au niveau formel. On peut parler de "quotient intellectuel" QI pour cerner ce type d'intelligence.



Niveau affectif turbulent : logique intégrative (oui et non).

L'intelligence affective turbulente (par exemple "Je t'aime moi non plus") est la base de notre sensibilité à l'art. C'est la conscience qui s'ouvre au sentiment d'éternité qui nous envahit dans la contemplation artistique. C'est l'espace de l'émotion amoureuse : on pénètre souvent par

inadvertance dans le turbulent lorsque l'on tombe amoureux. L'art est le moyen le plus généralement connu par lequel un individu développe et approfondit sa conscience du niveau turbulent. La conscience du niveau turbulent est celle des affects, des désirs et de la sensibilité. On peut parler de "quotient affectif" QA pour cerner ce type d'intelligence.



Niveau spirituel vide : logique paradoxale (ni oui ni non)

L'intelligence intuitive vide : (par exemple "Dans la vallée de l'indicible s'inscrit le sommet de nos mots") est la base de notre intuition spirituelle.


C'est la conscience qui s'ouvre à l'intemporalité. C'est l'espace de la méditation. Il arrive dans la vie que l'on ait, par moments, des instants de

clarté qui nous donnent un avant-goût de cette conscience et l'on peut apprendre à stabiliser ce genre d'états, c'est l'objectif du travail spirituel. La conscience du vide est celle de l'inspiration. On peut parler de "quotient spirituel" QS pour cerner ce type d'intelligence.

Le génie de l'homme est inscrit dans sa dimension spirituelle, il s'exprime dans l'effusion délicate du cœur à travers l'art et vient féconder la raison pour renouveler la science.

Chaque niveau d'intelligence demande du travail pour se cultiver et devenir vivant et porteur de sens.

À chacun des niveaux existent des erreurs à éviter : s'enfermer totalement dans le formel, se perdre dans les circonvolutions du turbulent, projeter notre manque sur le vide.

	FORMEL 	TURBULENT 	VIDE 
Niveaux logiques	Oui ou non	Oui et non	Ni oui ni non
Niveaux psychiques	Conscient	Inconscient Individuel	Inconscient Collectif
Moteur	Rationalité	Affectivité	Inspiration
Domaines	Science	Art	Spiritualité

Être là sans être là.

À mesure que le rationnel, l'émotionnel et la dimension spirituelle s'intègrent, la sensibilité est démultipliée. Pour que cette sensibilité ne débouche pas sur une souffrance excessive, il faut que l'individu apprenne à compenser sa présence au monde plus intense par une capacité de distanciation.

La conscience pleine et entière du vide, une spiritualité qui ne soit pas la compensation d'un manque, mais la pleine acceptation du mystère du monde, permet d'être à la fois complètement là, présent au monde mais aussi distancié.

La distinction naît de cette distance qui permet de distinguer avec perspicacité les enjeux de chaque situation.

L'art est l'espace d'expression et de sublimation de nos contradictions entre l'intuition inspirée du spirituel et la réalité pragmatique de la science

Le monde est un grand jeu de la conscience qui nous propose constamment de nouvelles épreuves pour nous faire grandir à la fois dans notre présence au monde et dans notre distanciation.

Notre présence augmente notre capacité à être auteur de la réalité, notre distance nous permet de goûter la réalité avec un amour inconditionnel.

Le génie comme fil rouge pour un projet de vie

Le génie, comme fil rouge pour un projet de vie, permet d'éviter deux gouffres : le premier consiste à vivre dans la nostalgie du passé, le second à vivre dans l'attente du futur.

Dans les deux cas, on passe à côté du présent. Or le présent est la seule réalité sur laquelle nous avons prise : notre vie réelle est faite de la qualité d'une succession d'instantanés présents.

C'est à nous de faire de chacun de ces instants des moments éternels remplis de sens, d'amour et de perfection.

Chaque instant est l'occasion de mettre en œuvre la profondeur de notre conscience scientifique, artistique et spirituelle du moment et ce faisant d'exprimer notre singularité notre "génie".

Le passé et le futur sont deux pièges qui nous renvoient aussi au déchirement classique de l'humanité entre le matérialisme et l'idéalisme.

J'entends comme matérialisme le fait de réduire la réalité à sa dimension objective matérielle et causale.

J'entends comme idéalisme le fait de surdéterminer notre destin par la conception que nous nous faisons d'un idéal transcendant.

Là encore deux illusions.

La pleine conscience de notre génie nous permet de dépasser leur apparente contradiction.

Nous pouvons bénéficier des lumières de la science sans pour autant nous réduire au matérialisme. Nous pouvons bénéficier des intuitions de la spiritualité sans pour autant planer dans l'idéalisme.

L'idéalisme est contraire à la vraie spiritualité parce qu'il est soutenu par l'exorbitante vanité de savoir ce qu'est "l'idéal" et donc de pouvoir en faire un objet. Nous ne sommes plus dès lors dans la "spiritualité" mais dans le fétichisme et Freud nous parle alors avec raison d'"infantilisme psychique" et de "délire collectif": nous tentons de combler nos angoisses par des projections paternelles transcendantes. La vraie spiritualité est, tout le contraire, empreinte de modestie et d'ouverture à l'altérité : ce "tout autre" que nous propose chaque instant dans son caractère unique et singulier. Les témoignages spirituels de toutes les civilisations et de toutes les cultures ont en commun ce message d'amour universel. Il faut vraiment être dogmatique pour transformer ces messages d'amour en sectarisme replié sur des formalismes désuets et des articles de foi plus abracadabra les uns que les autres. Il y a effectivement "délire collectif" quand ce fétichisme maniaque débouche sur l'holocauste des "autres" ou tout simplement l'ignorance et le désintérêt pour la richesse culturelle de la différence.

Par ailleurs et, malgré les apparences, le matérialisme est aussi peu scientifique que l'idéalisme est spirituel.

La science en tant qu'elle est décomposition analytique de processus nous éclaire sur le "comment" mais jamais sur le "pourquoi". Réduire la réalité à des processus sans finalité est pratique pour les décomposer, mais l'expérience quotidienne nous fait expérimenter chaque jour l'extraordinaire propension de tout

système complexe à générer, y compris contre notre volonté, des finalités émergentes intrinsèques.

Paradoxalement le matérialisme est aussi une forme d'idéalisme car il "réduit" le réel à "l'idée" que nous pouvons en avoir à partir d'une analyse que la science connaît, par définition pourtant, comme partielle, limitée et relative.

Le vingtième siècle nous aura montré comment le matérialisme sous sa forme dogmatique débouche de la même manière que l'idéalisme et pour les mêmes raisons sur des "délires collectifs".

Luc Ferry a le mérite dans son livre " Qu'est-ce qu'une vie réussie ?"⁵ de bien montrer comment l'évolution de la pensée philosophique orientale, grecque, judéo-chrétienne et moderne converge, selon lui, vers ce ré enchantement du monde à travers ce qu'il appelle une "spiritualité laïque" et une "conscience élargie". Il montre de manière magistrale comment "la singularité de chacun", "l'intensité de l'instant" et "l'amour de l'autre" sont les moments essentiels de cette vision humaniste qui réconcilie les contraires.

Trois exercices pour se rapprocher de son génie

Nous avons exploré ce que nous entendions par génie : cette singularité qui dépasse à la fois le particulier et l'universel comme ces artistes fameux tout à la fois originaux et populaires.

Nous avons montré en quoi le génie, tout en étant la partie la plus élevée de nous-même, la partie inspirée, s'enracine aussi dans tout l'être affectif et rationnel.

Mais comment se rapprocher de ce fameux génie ?

Nous vous proposons trois exercices qui sont des tremplins pour se rapprocher de son génie.

Pour le maximum de résultat nous vous conseillons d'utiliser les trois, ils sont complémentaires.

Cela va vous prendre du temps : quelques heures par semaine pendant plusieurs mois.

Le jeu en vaut la chandelle : il s'agit de découvrir le plus beau, le plus vrai et le meilleur trésor sur cette terre : vous-même.

En apprenant à vous connaître, vous apprendrez aussi à connaître les autres et en quoi chacun est différent et aimable.

Raconter son histoire

Le premier exercice est très simple, il s'agit de reprendre votre vie depuis le début et de la raconter. Vous devez aller dans les détails et écrire entre trente et cent pages. Cet exercice est le premier car il est fondateur. Il sera utile de revenir sur lui souvent.

Prenez le temps de choisir un beau cahier qui soit un symbole en lui-même de votre personnalité en quête d'elle-même.

Garder ce cahier secret pour vous sentir libre d'écrire ce qui vous chante.

Le premier bénéfice est de conscientiser votre chemin de vie.

Quand avez-vous été particulièrement heureux ou malheureux ?

Quelles étaient les activités que vous avez faites avec le plus de joie ?

Aller dans les détails, écrivez ce qui vous passe par la tête, et prenez du plaisir dans cet exercice d'intimité avec vous-même.

Nous reviendrons ultérieurement sur l'usage de ce cahier, au début, l'important est de le rédiger.

La tournée des amis

Une autre manière, de vous rapprocher de votre génie, consiste à faire la tournée des amis.

Aller voir vos amis, vos collègues de travail, vos parents, vos connaissances et faites une enquête.

Comment vous perçoivent-ils ?

Demander quelles sont vos qualités, quels sont vos défauts ?

En quoi êtes-vous le plus original ?

Si vous étiez un animal, à quoi ressembleriez-vous ?

Notez en détail la réponse de vos amis.

Chaque interview est une piste qui vous met sur le chemin de vous-même.

À la fin, faites la synthèse.

Quels sont les points communs, les points divergents ?

Faites votre portrait robot à partir de l'ensemble des interviews.

Le rêve éveillé

La troisième manière de vous rapprocher de votre génie est relaxante : retrouver votre faculté enfantine de rêver !

Imaginez votre vie idéale.

Si vous supprimiez tous les obstacles, à quoi ressemblerait votre quotidien ?

Imaginez que vous ayez une baguette magique, que transformeriez-vous ?

Construisez votre monde idéal comme une œuvre d'art et voyagez dedans !

Cela est paniquant de se sentir libre, et cela est difficile d'avoir le courage d'inventer sa vie. Mais cela va vous permettre d'expérimenter deux vérités contre-intuitives : les pires résistances sont souvent en nous et le pire ennemi à notre réalisation est parfois nous-même !

Il faut apprendre à rêver sa vie et à la construire dans sa tête avant de pouvoir en faire quelque chose d'original. Dans une construction, le plus difficile est de faire des plans originaux qui collent véritablement avec ce que l'on veut ; des plans dans lesquels on se sente vraiment bien à mesure qu'ils se réaliseront.

Prenez votre temps et découvrez le plaisir d'explorer en profondeur cette énigme que vous êtes pour vous-même. Notez vos découvertes sur votre cahier de travail et acceptez que les choses restent floues et vous échappent : le puzzle se rassemblera tout doucement à sa propre vitesse intrinsèque comme tous les processus vivants.

TROUVER SON GENIE

Trouver son génie

C'est un peu comme trouver son destin

C'est appliquer, après l'avoir trouvé,

Du sens à son projet.

Trouver son génie

C'est un peu comme trouver son destin

C'est chercher au fond de soi le secret caché

Faire la part du vrai et du sacré.

Trouver son génie

C'est un peu comme trouver son destin

C'est accepter ses émotions

Pour mieux les dépasser.

Trouver son génie

C'est un peu comme trouver son destin

C'est révéler son être au-delà du paraître.

Trouver son génie

C'est finalement être tout simplement.

CD

Troisième chapitre :

TROUVER SON GÉNIE

"Votre génie n'est pas ce que vous aimeriez qu'il soit,
il est ce qu'il est."

DICK RICHARDS

Nous rentrons maintenant au cœur du sujet et je donne ici les éléments essentiels pour atteindre le trésor qui est caché au fond de vous : votre génie.

Le génie, point aveugle de la personnalité

Le génie est souvent difficile à trouver car il est, comme notre nez juste devant nous, visible de tous mais invisible à notre regard.

Il est invisible parce qu'il imprègne tellement chacun de nos actes, il est tellement banal pour nous que nous n'y faisons pas attention.

Bien souvent nous en avons honte car il est associé pour nous à ce qui nous rend différent des autres, ce que parfois les autres ont ridiculisé !

Nous avons tout fait pour le cacher, l'oublier, l'effacer. Mais notre génie est bien là, souvent martyrisé, jeté dans un cachot au fond de nous-même où il croupit en se lamentant, mais bien là, prêt à sortir et vivre dans la lumière retrouvée.

Le génie n'est pas ce que nous aimerions qu'il soit, il est ce qu'il est.

Une chose est de le découvrir, une autre est de l'accepter, une troisième est d'en faire quelque chose.

Pour trouver son génie, il est essentiel d'apprendre à s'aimer inconditionnellement. Cela veut dire : suspendre son jugement et se contempler soi-même dans le mystère abyssal de la singularité. Il sera toujours temps ensuite de juger et de tailler dans ce diamant à l'état brut ce que nous souhaitons faire briller. Allez à la rencontre de vous-même, en amoureux, en osant voir le monde à travers vos propres yeux et émerveillez-vous, enfin, d'être à nul autre pareil.

Ce que tout le monde vous reproche, gardez le précieusement, c'est là qu'est enfoui, sous les travestissements de la honte, votre génie réprimé et torturé par les piques de la foule engluée dans le mimétisme.

Bien évidemment nous avons tous des modèles de réussite dans la tête et nous aimerions bien ressembler à telle ou telle "star" que les foules ont élue. Mais cela nous éloigne de notre singularité à nous ! Il est temps avant de mourir de devenir "fan" du seul être avec qui vous êtes sûr de vivre jusqu'à la fin : vous-même.

À partir des exercices décrits dans le chapitre précédent, il est temps de partir sur les traces de vous-même. Reprenez votre histoire et essayez de repérer les moments les plus heureux de votre vie, les moments où vous vous sentiez le plus proche de la plénitude de vous-même. Quand on est ancré dans son génie, le monde devient harmonieux et répond avec synchronicité par une multitude de petits ou de grands miracles qui facilitent le chemin même s'il est escarpé et apparemment impossible d'accès.

Comment pouvez-vous vous rapprocher des moments de plénitude ?

Quelles sont les caractéristiques qui rendent ces moments inoubliables ?

Quelles sont les qualités singulières de vous-même qui sont mises en œuvre dans ces moments ?

Dans ces moments qu'est-ce que vous donnez aux autres naturellement ?

Cette dernière question est très importante car ce qui est génial en nous l'est en surabondance. Notre génie est là où nous débordons. Là où nous sommes excessifs. Là où nous pouvons



travailler sans cesse. Notre génie est dans une activité qui au lieu de nous fatiguer nous régénère. C'est souvent ce côté excessif du génie qui nous fait le rejeter et cela d'autant plus que bien souvent les autres se sont moqués de nous en cela même que nous débordions de la norme. Or c'est bien parce que cela déborde, et que nous sommes doués en cela, que nous pouvons le donner sans compter et que notre génie est une source de richesse infinie. C'est pourquoi il est fondamental de repérer dans votre histoire de vie ces moments même fugaces où vous avez été saisis par la joie de vivre et où vous vous êtes donnés sans compter. De même à partir de l'interview, de vos collègues de travail, de votre famille, essayez de bien saisir le dessin de vos ombres et de vos lumières. Les qualités et les défauts les plus apparents ne sont pas à prendre au premier degré. Il ne faut pas gommer vos défauts ni surenchérir sur vos qualités apparentes. Par exemple, étant jeune mes camarades se moquaient souvent de mon intérêt pour les grandes questions philosophiques et pour les enjeux du futur de la planète. Ma passion à seize ans paraissait ridicule et prétentieuse.

Finalement, c'est en persévérant que j'ai pu me distinguer à l'âge adulte et accumuler les connaissances pour écrire ce livre.

Ces ombres et ces lumières, si vous les creusez, sont les symptômes et révèlent les courants souterrains qui participent de votre génie. Ce qui est le plus révélateur de votre génie, c'est ce qui gêne le plus les autres dans leur besoin de normalité mimétique.

Le rêve éveillé vous permet de créer de manière imaginaire une vie idéale dans laquelle votre génie pourrait se révéler complètement. Cela est difficile au début. Il est difficile de ne pas résister à cet espace du possible en censurant les intuitions invraisemblables que nous avons. Il faut s'entraîner au rêve éveillé et construire pierre après pierre les éléments de notre vie pleinement réalisée. Vous serez surpris de constater que le plus difficile aura été de rêver et, que votre vision devenue claire, il s'avère relativement facile de réaliser ce rêve.

À travers votre "histoire de vie", à travers la "tourné des amis" et à travers le "rêve éveillé", vous avez accumulé une multitude d'indices sur votre "génie". Vous avez débroussaillé votre jardin secret, dégagé les allées essentielles et commencé à comprendre votre paysage intérieur. En général cependant, le génie reste encore flou, il manque de précision. C'est pourquoi nous allons vous proposer un exercice qui s'est révélé à travers le temps comme une extraordinaire métaphore pour aider à la découverte de cette pierre précieuse qu'est notre génie.

À la recherche de l'objet sacré

Cet exercice est la clé de voûte de ce livre. C'est pourquoi il est important de faire les exercices précédents qui vous préparent et permettent de faire cet exercice "clé de voûte" dans les meilleures conditions. Il faut réserver une journée tout entière de tranquillité et de solitude dans un espace calme. Nous faisons souvent cet exercice lors de séminaires de Développement du Potentiel Individuel (DPI) en allant dans un grand espace silencieux et parfois dans un désert qui est le type d'espace idéal.

Commencez votre journée par une heure de méditation où vous vous concentrez sur votre respiration pour trouver le rythme qui vous convient le mieux et remplissez-vous du silence et de la paix de votre environnement. Une fois que vous êtes ancré dans le silence et dans la plénitude de votre inspiration, levez-vous et partez à la rencontre de votre "objet sacré".

Qu'est-ce que votre "objet sacré" ?

C'est un objet qui va venir à vous. C'est un objet qui va s'imposer à votre intuition comme l'image incontournable de votre génie. Si vous êtes dans un état de profonde intuition, de profonde méditation, l'objet va surgir de votre chemin alors que vous marchez et vous allez tout de suite le reconnaître comme une évidence, comme quelque chose qui vous fait un clin d'œil et unit miraculeusement le monde extérieur dans sa trivialité et l'intimité la plus profonde de vous-même. Prenez votre temps, il vous faudra peut-être marcher plusieurs heures. C'est pourquoi il faut faire cet exercice dans un grand espace sauvage qui vous permette d'errer tranquillement, durant cette pérégrination mystérieuse, faite de détours, d'hésitations, de perplexité. Comprenez que cet exercice, apparemment dérisoire, est sans aucun doute un des moments les plus importants de votre vie.

Prenez votre temps. Dans ce domaine, le chemin sinueux est le plus court pour atteindre l'objectif. Pendant tout l'exercice, il est nécessaire de ne pas parler. Il est préférable de ne pas être dérangé et de pouvoir rester dans un état de paix intérieure et d'intuition qui permette à l'objet sacré de se révéler.

L'"objet sacré" peut être n'importe quel objet : un bout de bois, une plante, un animal. Au fil des séminaires que nous avons faits sur le sujet, nous avons découvert que le plus pratique et le plus riche, sous son apparence frustrante, était de trouver un "objet sacré" qui soit une pierre, tout simplement. C'est pourquoi, nous vous conseillons vivement de chercher votre "génie" dans le domaine des pierres. Bien sûr dans ce cas-là, il est préférable d'errer dans un espace où il y a de nombreuses pierres, comme une plage par exemple.

Les pierres ont des couleurs, des formes et des matières extraordinairement diverses. Lorsque vous trouvez une pierre sur un

chemin, sur une place, dans un désert, il est facile, une fois que vous l'avez trouvée de l'emporter avec vous et de pouvoir ainsi garder votre "génie" avec vous pour le restant de votre vie. La pierre ne vieillira pas et vous permettra d'avoir une ancre sur laquelle vous accrocher pour retrouver facilement l'intuition qui vous a rapproché de votre singularité.

Nous vous proposons de partir à la recherche d'une pierre. Faites-le avec la conscience que vous êtes en train de vivre un moment très important et que cet "objet sacré" que vous avez trouvé va permettre de cristalliser sous forme symbolique votre singularité.

Explorer le potentiel de l'objet sacré

Une fois que vous avez trouvé votre "pierre", votre "objet sacré", asseyez-vous dans un endroit tranquille et rentrez en méditation en contemplant cette pierre. Laissez la pierre vous parler à travers ses couleurs, ses formes et ses matières. C'est un moment de réconciliation avec vous-même.

Quelles sont les caractéristiques de cette pierre ?

Laissez cette pierre vous envahir et vous parler d'elle-même.

Faire des associations d'idées autour de l'objet sacré

Vous pouvez maintenant commencer à faire des associations d'idées autour de cette pierre et à construire un échafaudage d'associations et de références qui vous permettent de façon créative de découvrir les aspects divers et les facettes hétérogènes de votre "génie".

Quelles sont toutes les qualités de cette pierre ? A quoi ressemble-t-elle ? À quel végétal, à quel animal vous fait-elle penser ?

De manière très libre, notez sur un cahier toutes les pensées qui vous traversent en contemplant cette pierre.

Organiser et classifier ses associations d'idées

Une fois le travail de créativité sur les associations d'idées effectué, vous pouvez maintenant reprendre toute cette matière rassemblée en vrac et l'organiser. Rassembler les éléments qui se ressemblent, hiérarchiser les qualités par niveau d'intensité et par pertinence. Vous pouvez dessiner une carte avec au centre votre "génie" sous forme de blason à qui vous pouvez donner un nom comprenant un nominatif et un adjectif. Par exemple, "explorateur courageux" ou "organisateur rigoureux". Et puis une série de caractéristiques correspondant aux différents aspects que vous avez mis en valeur chez vous.

Déterminer les éléments clés de votre génie

Avant de figer de manière définitive les caractéristiques de votre génie, il est bon de passer un certain temps, quelques jours voire quelques mois, à vivre avec votre première consolidation des éléments clés de votre génie pour sentir si vous êtes pleinement en accord au fil du temps avec ce que vous avez pu comprendre de votre génie.

Quand le génie d'une personne est bien explicité, la personne se sent en parfait accord avec ce qui a été explicité. Par exemple, en relisant la cartographie de votre génie, vous devriez vous sentir soulagé comme si le seul fait de jeter un coup d'œil sur cette feuille vous donnait de la force, vous rapprochait de vous-même, vous mettait en accord avec vous-même.

La métaphore qui me vient à l'esprit est celle d'un instrument que l'on accorde. Vous devez valider le bon diapason de ce que vous avez compris de vous-même avec votre ressenti dans la vie quotidienne.

Si vous ne sentez pas cet accord parfait, entre ce que vous avez explicité de votre génie et vous-même, alors il faut continuer à le préciser, éventuellement remettre en cause votre "objet sacré" et en trouver un autre, redessiner le "blason" ainsi que la cartographie.

Avec le temps, vous allez petit à petit comprendre quels sont les traits les plus saillants de votre singularité. Vous allez comprendre quel est le cœur de votre génie, le génie de votre génie. Vous allez découvrir votre génie à la puissance carré. Il y a tout un ensemble d'éléments qui correspondent à une approximation de vous-même, des éléments que vous partagez avec beaucoup d'autres êtres humains avec lesquels vous vous sentez plus proches. Si vous êtes profondément bricoleur, vous allez vous sentir bien avec les autres bricoleurs et le monde du bricolage. C'est important de le savoir, mais cela ne vous donne pas pour autant votre singularité, en quoi vous êtes unique. C'est cela qu'il faut préciser petit à petit.





AIMER

Aimer

C'est déjà dire oui à soi

C'est aussi dire oui à l'autre.

CD

Quatrième chapitre :

DÉPLOYER SON GÉNIE

" Le vieillard qui revient vers la source première,
Entre aux jours éternels et sort des jours changeants;
Et l'on voit de la flamme aux yeux des jeunes gens
Mais dans l'œil du vieillard, on voit de la lumière"

VICTOR HUGO

Dans ce chapitre, j'explique comment construire un projet de vie qui soit cohérent avec l'ensemble des éléments du génie que l'on a cartographié précédemment.

Définir son plan de vie

Vous pouvez résumer votre vie sous une forme graphique et très parlante sur une simple feuille. Faites une pyramide inversée en partant de votre naissance et en remontant jusqu'à votre présent pour ensuite vous projeter dans l'avenir. Chaque couche de la pyramide peut représenter par exemple dix ans et sur chacune de ces couches, vous segmentez votre activité proportionnellement au temps que vous y avez passé.

Évidemment pendant les dix premières années votre activité est relativement homogène et consiste à jouer et à apprendre. Les dix ans suivants, elle commence à se segmenter en fonction d'activités beaucoup plus différenciées comme le sport, les mathématiques, les langues, etc. On peut peut-être voir apparaître dès cette seconde tranche, une forme d'activité plus singulière et qui prend

plus d'importance chez vous que chez les autres adolescents. Par exemple, la varappe, les sciences politiques ou le dessin...

De vingt à trente ans, vous allez avoir le choix encore plus significatif d'organiser vos activités à votre manière et ainsi de suite. Plus vous vieillissez, plus vous pouvez vous mettre en accord avec votre génie, et plus cela est nécessaire pour que votre vie vous donne un sentiment de plénitude. En général vers quarante ans, chacun d'entre nous traverse un virage tout à fait particulier du fait qu'en terme biologique, nous connaissons autour de la quarantaine une sorte de maximalisation entre notre énergie biologique et une certaine maturation de nos compétences. Si vers cet âge-là nous sommes complètement décalés par rapport à notre singularité et en mauvaise harmonie avec nous-même, nous risquons de traverser une crise très violente car nous ressentons notre force diminuer tout en étant loin de nous-même. Notre vie nous semble alors derrière nous, nous avons perdu l'espoir de vivre en accord avec nous-même et le futur n'apparaît plus que comme une longue pente descendante où nos forces vont aller en diminuant sans que jamais nous ayons pu véritablement nous exprimer. C'est souvent vers cet âge que l'on fait le deuil de soi-même et que l'on abandonne l'ambition de se rapprocher de soi-même. C'est pourquoi, il est important de se mettre en chemin le plus tôt possible afin d'aborder cette passe des quarante ans en s'étant rapproché déjà le plus possible de soi-même et en utilisant pour cela toute l'énergie de la jeunesse. Si on a effectivement fait ce travail, alors les quarante ans apparaissent complètement sous un autre jour. Cela devient un âge où l'on devient plus exigeant avec soi-même et où l'assurance que l'on a acquise précédemment permet d'oser beaucoup plus qu'auparavant le fait de vivre à sa manière. "Une vie réussie demande beaucoup de brouillons déchirés" dit un adage. La quarantaine dans ce contexte apparaît comme un moment charnière, un tremplin qui permet de s'envoler enfin vers la plénitude de soi-même.

Il est donc fondamental, entre trente ans et quarante ans de bien dessiner les activités clés qui vont vous permettent d'explorer et d'amplifier vos différents talents afin de pouvoir faire entre quarante et cinquante ans les choix judicieux qui vous permettront de vous établir en profondeur au fond de votre singularité.

Entre cinquante et soixante ans, votre génie peut s'épanouir complètement et vous commencez à transmettre alors à des jeunes partageant les mêmes singularités. Chaque décennie est une occasion stratégique pour approfondir votre plan de vie. Chaque âge a lui-même ses singularités, ses qualités et ses défauts qui vous permettent de conjuguer votre génie d'une nouvelle manière.

Mais alors qu'une personne décalée par rapport à son génie va se rabougrir sur elle-même très vite sans donner de fruits, celui qui s'inscrit dans son génie s'épanouit à mesure qu'il vieillit et devient de plus en plus pertinent et productif. C'est une des choses qui m'a le plus marqué dans mon expérience sur ces questions : la manière dont en vieillissant, les personnes ancrées dans leur génie pouvaient devenir épanouies, heureuses et productives pour la communauté. Il y a de nombreux exemples où c'est à la fin de leur vie que ces personnes s'expriment à travers des œuvres qui resteront pour l'éternité des phares pour l'humanité. Côtayer une personne âgée qui a su s'inscrire dans son génie est une véritable grâce car elle nous permet de nous rapprocher de nous-même et nous montre comment on peut donner sens à notre propre processus de maturation.

Tout cela explique pourquoi il est si important de dessiner cette pyramide inversée qui part de votre plus jeune âge et se projette dans le futur. Bien évidemment cette pyramide n'est pas figée. Il est bon de la redessiner régulièrement en la précisant. C'est votre carte de route passé, présent, futur. C'est votre compas qui vous permet de vous diriger sous les étoiles de vos talents.

Penser stratégiquement et agir viscéralement

Très souvent nous passons un temps fou à réfléchir à des points de détails, par exemple, à l'endroit où l'on va placer le réfrigérateur ou à ce que l'on va manger à déjeuner. Nous déployons souvent pour ces activités triviales une véritable pensée stratégique qui nous occupe d'autant plus que nous sommes loin de nous-mêmes, confus et que décalés par rapport à nos talents, nous avons du mal de ce fait à décider de notre vie dans ses actes les plus quotidiens. Nous sommes enfouis dans un véritable filet

d'obligations et d'agitations quotidiennes qui nous occupent la tête. C'est une manière d'échapper à l'angoisse existentielle que nous ressentons au fond de nous-même lorsque notre vie passe à côté d'elle-même.

Il est fondamental dans ce domaine, celui de la décision, de retrouver les bons réflexes.

Plus vous êtes ancré dans votre génie, plus vous devriez agir au quotidien en vous laissant guider par votre intuition profonde sans avoir à passer par des moments de réflexions longs et démesurés par rapport aux enjeux du quotidien.

Par contre, utilisez votre pensée stratégique sur les véritables enjeux : qu'êtes-vous venus faire sur cette terre ?

Quels sont vos talents ?

Comment les valoriser au mieux ?

Ainsi vous pourrez valoriser vos talents et le quotidien deviendra beaucoup plus enrichissant, fluide, cohérent et facile à piloter.

Votre vie devient petit à petit une danse, un poème, une œuvre d'art que vous anticipez et dont vous êtes tout à la fois l'auteur et la matière.

Le court, le moyen et le long terme

Avec le temps, vous allez apprendre à manier le court, le moyen et le long terme de manière différente.

Le court terme permet de faire des pas décisifs vers votre génie mais en général il est difficile de changer votre vie à court terme.

Le moyen terme vous permet d'engager des processus plus profonds pour vous rapprocher de votre génie en transformant en profondeur votre vie, changer de lieux d'habitation, acquérir de nouvelles compétences...

Le long terme quant à lui est le plus rarement utilisé alors que c'est à travers le long terme, une dizaine d'années et plus, que vous pouvez envisager avec la plus grande liberté une transformation complète de votre vie.

Il y a une profonde corrélation entre la capacité de réussir dans la vie et la capacité à penser dans le long terme.

En effet, s'il est rare de pouvoir effectuer une œuvre exceptionnelle à court et moyen terme, pratiquement rien n'est impossible pour celui qui sait persévérer à long terme.

Pour celui qui sait persévérer à long terme, qui sait en profondeur vers où il veut aller, chaque jour peut être une occasion de progresser vers son objectif. Même les contrariétés, les accidents dont est tissée chacune de nos vies deviennent des supports et des tremplins pour avancer.

Un romancier trouvera dans les éléments de la vie une inspiration.

Un homme d'affaire saura utiliser les crises de l'économie comme un atout pour ses projets.

Avoir une vision à long terme et se sentir bien dans cette vision, l'approfondir d'année en année, vous permet de dégager vos priorités au quotidien. C'est cette capacité de vision à long terme qui est un facteur les plus essentiels de la réussite.

Rien n'est possible en un jour, tout est possible en dix ans

Il arrive souvent que les personnes, à mesure qu'elles découvrent leur talent et leur singularité souffrent d'autant plus qu'elles prennent conscience à quel point leur vie est décalée par rapport à leur inspiration profonde.

Parfois même elles anticipent cette souffrance et c'est pourquoi elles préfèrent ne pas s'intéresser à elles-mêmes de peur de découvrir à quel point elles sont loin d'elles-mêmes.

Un profond désespoir naît souvent d'avoir le sentiment de ne rien pouvoir faire pour se rapprocher d'une vie idéale.

Ce désespoir naît d'une sous-estimation du pouvoir de la volonté lorsqu'elle se déploie sur une longue durée : "Rien n'est possible en un jour, tout est possible en dix ans".

Dix ans sont si vite passés dès que l'on est sur le chemin de son "génie".

C'est en réintroduisant cette capacité à penser les temps longs que l'on peut reprendre espoir et comprendre enfin que chacune des aspirations actuelles que l'on peut avoir est comme la graine d'un arbre futur pour autant que l'on sache trouver la bonne terre, le bon contexte et apprendre à arroser régulièrement notre petite aspiration.

Le monde appartient à celui qui pense loin dans le temps et dans l'espace

De la même manière qu'il faut apprendre à penser loin dans le temps, il nous faut aussi apprendre à penser notre espace de manière élargie.

Combien de talents ne se développent pas car nous ne leur avons pas laissé le temps ?

Mais combien aussi de talents restent atrophiés car nous n'avons pas su trouver le terrain sur lequel ils peuvent s'épanouir : le bon contexte géographique, le bon contexte sociologique, le bon contexte politique. C'est en cela que l'on peut valider le vieil adage : "les voyages forment la jeunesse".

En effet, c'est en nous exposant nous-même à différents contextes, à différentes visions du monde, à différents paradigmes que nous sommes le plus à même de nous découvrir nous-même et d'explorer les milieux les plus propices à la révélation de nos talents.

Quelqu'un passionné par la philosophie ou la gastronomie trouvera en France un pays riche en ressources. L'Australie a un règne végétal et animal très particulier et celui dont le "génie" est connecté avec les kangourous trouvera là un terrain à nul autre pareil.

Nous pouvons multiplier les exemples et montrer à quel point le voyage à travers nous-même débouche sur un voyage dans le monde extérieur et comment un voyage dans le monde extérieur est propice à un voyage dans le monde intérieur.

Ainsi en apprenant à se connaître soi-même, à élargir son espace temporel, et en explorant les possibilités offertes par l'élargisse-

ment de notre espace géographique, nous découvrons que notre capacité à changer, à nous transformer, à métamorphoser notre milieu et à influencer l'évolution planétaire est immense pour autant que nous le fassions en accord avec notre destin profond.

Construisez votre futur sinon d'autres le feront pour vous

En étudiant l'histoire de l'humanité, on voit comment les individus mais aussi les civilisations, qui ont su se penser dans la durée et dans l'espace de manière la plus large, ont eu finalement le plus d'influence.

L'incapacité à penser votre destin dans un espace et un temps élargi vous rend obligé de ceux qui le font à votre place. À défaut de prendre la maîtrise de votre destin, vous êtes instrumentalisés dans la vision de ceux qui ont le courage d'affirmer leur destin. Au lieu de pouvoir apporter votre singularité et vivre en accord avec vous-même, vous êtes réduits à être utilisés comme une ressource.

Du fait de l'automatisation et de la robotisation des activités, il existe de moins en moins d'espaces pour un conformiste qui n'apporte pas d'autre valeur ajoutée sinon celle d'obéir correctement à un certain ordonnancement des êtres et des choses.

L'HARMONIE

Qu'est-ce que la vie ?
Si ce n'est l'harmonie
De vies en apparence irréconciliables
De la sphère publique
De la sphère privée
Du travail, de la famille
De tous ces mots,
Qui s'entremêlant,
Se transforment en paradis
Et consacrent l'harmonie.

CD

Cinquième chapitre :

FAIRE VIVRE SON GÉNIE

La pratique du coaching cherche en permanence à révéler les potentiels cachés des individus en leur créant l'espace ou la disponibilité nécessaire au renforcement de l'autonomie, de l'estime de soi et de la responsabilisation. Elle incite les gens à penser par eux même en découvrant leurs réalités intérieures et extérieures.

CHRISTOPHE FAGARD *Paris Entreprise* Mai Juin 2003 Page 93

Faire vivre son génie à court terme

Il est important de trouver quelques actions qui mettent en œuvre notre génie à court terme. Une fois que vous avez travaillé sur votre vision, que vous avez fait des associations d'idées autour de ce qu'est votre génie, il est important de trouver quelques actions que vous puissiez mettre en œuvre dès le lendemain et qui vont vous mettre sur le chemin de votre génie. Cela peut être des choses extrêmement simples comme, par exemple, prendre une heure par semaine pour partir à l'aventure, mettre à contribution l'explorateur en vous et découvrir des parties inconnues de votre environnement. Cela peut être de pratiquer un instrument de musique qui vous est cher, etc.... C'est en accumulant des petits pas vers votre génie que vous pouvez au fur et à mesure le mettre en œuvre et le faire resplendir. À court terme, il faut imaginer quelques actions à mettre en œuvre sans difficulté.

Faire vivre son génie à moyen terme

Le moyen terme offre la possibilité d'élaborer des plans plus ambitieux et de faire évoluer votre vie en profondeur afin qu'elle soit plus en accord avec votre génie. Il est souvent utile d'utiliser le moyen terme pour valider des projets qui vous tiennent à cœur mais qui peuvent se révéler décevants et en désaccord avec votre personnalité profonde. Ayez une liste de projets à moyen terme, et explicitiez chacun d'entre eux puis laissez-les reposer pour voir la manière dont ils gardent leur intérêt à vos yeux au fil du temps. Certains projets à moyen terme vont perdre leur consistance, s'évaporer et apparaître désuets. D'autres au contraire se renforcent avec le temps et font de plus en plus sens. Ce sont ces projets qu'il faut valoriser et commencer à développer. Le moyen terme est l'espace dans lequel vous pouvez projeter des projets plus sophistiqués. Le fait que ces projets s'inscrivent dans le moyen terme permet de prendre le temps d'en mesurer les enjeux avant de se précipiter dans une action qui peut s'avérer contre-productive. Mon conseil est d'avoir en permanence une dizaine de projets en décantation et vous serez surpris de voir à quel point certains apparaîtront avec plein de valeur et d'autres sans intérêts. Quand un projet se révèle durable, vous pouvez commencer à réellement travailler dessus et vous acheminer lentement mais sûrement vers sa réalisation.

Faire vivre son génie à long terme

Le long terme vous permet d'aborder les grandes questions susceptibles de structurer l'ensemble de votre vie. À long terme, rien n'est impossible. Posez-vous la question de savoir quels sont les incontournables que vous voulez avoir réalisés et réussis avant de mourir. Le long terme nous permet de discerner les étoiles qui guident notre vie.

À la rencontre du monde extérieur : transformer son génie en compétence opérationnelle

Il est parfois difficile de faire le lien entre notre génie et une compétence reconnue dans le monde professionnel. Cela est vrai si l'on colle à la définition stricte de ce qui apparaît pour nous comme notre génie. Il est important de faire preuve d'imagination quant à la manière de valoriser au mieux son génie. Vous pouvez faire une liste de tous les métiers qui vous passent par la tête et qui sont connectés de près ou de loin avec votre génie. Parfois un métier peut être réinventé grâce à une nouvelle manière de l'effectuer liée à votre génie singulier. Parfois notre génie nous pousse à inventer un métier qui n'existe pas et à développer une nouvelle entreprise innovante dans ses caractéristiques. Aller au bout de son génie, c'est quelque part se lancer dans une aventure sans précédent et inventer ou réinventer un métier. Cela est difficile car il faut convaincre mais cela aussi permet de se distinguer et de se dégager d'une possible concurrence frontale avec d'autres.

Le génie dans le contexte des différents métiers

Si vous avez appris un métier et que vous l'aimez et ne souhaitez pas en changer, le fait de mieux connaître votre génie va vous permettre de faire ce métier mais avec plus d'originalité. Vous allez trouver une manière d'épanouir votre génie à travers le prisme de ce métier bien particulier.

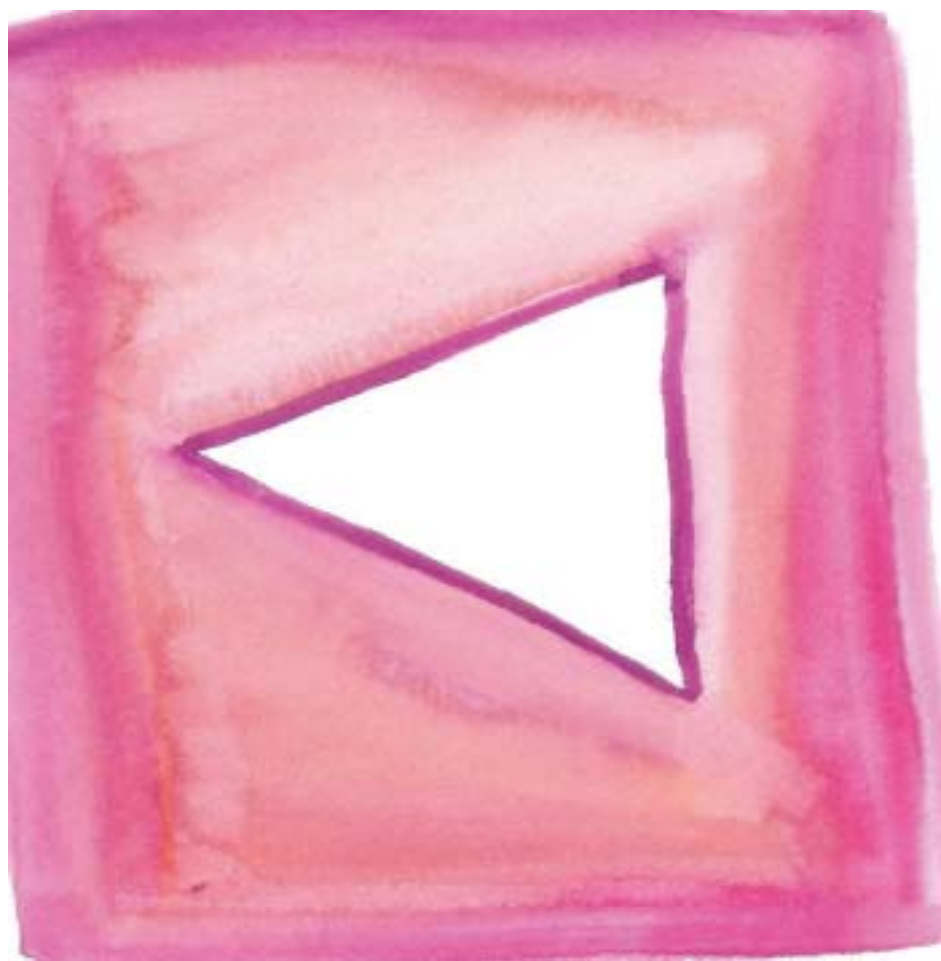
Trouver un emploi ou créer son emploi ?

Pour trouver un emploi il est souvent très important d'être capable d'affirmer votre différence et de montrer à votre futur employeur que vous êtes professionnel mais aussi capable d'apporter un "plus" à travers une approche qui vous est singulière. Quand vous êtes ancré dans votre génie, vous êtes plus passionné et naturellement porté à faire pour le mieux dans chacun de vos actes.

Cependant, il arrive parfois que votre génie vous amène bien loin des sentiers battus et que vous ne trouviez pas de chaussure à vos pieds dans les emplois existants. Cela est une chance, n'hésitez pas à explorer les possibilités de création d'entreprises. Très souvent les grands succès s'appuient sur ce genre de processus.

Les dangers de la réussite et les opportunités des échecs : vivre sereinement

Vivre sa passion implique de prendre une certaine distance par rapport à la réussite et aux échecs. Il faut se méfier de donner trop d'importance aux uns comme aux autres. Les échecs sont incontournables et ce n'est qu'en tombant que l'on apprend à marcher. Il faut multiplier les expériences et donc les échecs pour être capable de mieux se comprendre et de dégager les éléments d'une vie réussie en profondeur. Inversement, les réussites peuvent être des leurres. Ce n'est pas parce que tout le monde vous adule, que vous êtes arrivé à bon port et que votre génie est pleinement épanoui. La réussite peut vous empêcher d'avancer en vous enfermant dans la reproduction du "même", la copie de vous-même et vous faire perdre votre dynamique authentique.



L'AUTRE

Savoir ce qui est sien
Comprendre ce qui ressort d'autrui
Etablir une frontière poreuse
Entre le soi et le nous
De ces frontières qui n'ont pas de lignes
Mais uniquement des cœurs...

CD

Sixième chapitre :

A LA RENCONTRE DU GÉNIE DE L'AUTRE

"Par où l'on voit encore à quel titre la notion de singularité peut et doit être rattachée directement à l'idéal de la pensée élargie : en m'arrachant à moi-même pour comprendre autrui, en élargissant le champ de mes expériences, je me singularise puisque je dépasse tout à la fois le particulier de ma condition individuelle d'origine pour accéder, sinon à l'universalité, du moins à une prise en compte chaque fois plus large et plus riche des possibilités qui sont celle de l'humanité tout entière".

LUC FERRY, *Qu'est ce qu'une vie réussie ?*, Grasset 2002 Page 474

Le principe d'altérité

À mesure que vous allez découvrir et faire vivre votre génie, vous serez plus à même de rencontrer le génie chez l'autre et de dialoguer avec lui. Plutôt que d'enfermer votre relation avec les autres dans un conformisme formel, ennuyeux, vous pouvez vous servir de toutes les relations que vous avez avec les autres et révéler les génies des autres. Cela est fascinant d'essayer de comprendre en quoi chacun est génial, unique dans sa manière d'aborder le monde.

Comment articuler cette singularité avec votre singularité à vous ?

Comment dialoguer dans la différence ?

Comment créer suffisamment d'espaces de liberté pour l'un et pour l'autre afin que chacun puisse exister dans la relation en explorant sa différence ?

De la même manière que votre génie est ce qu'il est et sûrement ce que vous souhaiteriez qu'il soit ; chaque relation est aussi ce qu'elle est et ne peut que vous échapper et vous déborder si vous acceptez de la vivre pleinement. S'intéresser à l'autre, dans son altérité, dans son mystère, est une aventure extraordinaire, une aventure certainement terrifiante sur certains aspects mais fondamentale pour apprendre à vivre.

Cela est fascinant d'apprendre à aimer inconditionnellement chacun en ce qu'il est extraordinaire.

De la même manière que vous ne pouvez pas vous trouver vous-même, si vous restez au niveau du raisonnement, chaque fois que vous raisonnez sur l'autre, vous vous enfermez dans votre prison intérieure. Tous ces raisonnements sur les autres en disent infiniment plus sur vous-même que sur eux. Nous vivons tous enfermés dans la prison de nos jugements (qui nous enferment pour l'éternité dans la damnation de notre raison).

Rencontrer l'autre implique de se détendre, de respirer et d'être en contact avec ses émotions. Laissez l'émotion vous envahir quand vous regardez l'autre dans les yeux. C'est son âme qui se déverse en vous. Toutes ces émotions, il faut les vivre et les laisser vous traverser comme autant de nuages aux formes plus extravagantes les unes aux autres. En restant en contact avec votre silence intérieur, vous pouvez faire de chaque instant l'occasion d'une création, un moment d'inspiration où votre génie peut répondre par un trait d'esprit issu de votre singularité. La relation avec l'autre cesse d'être enfermée dans l'ennui quotidien, la relation avec l'autre n'est plus engluée dans des sentiments mièvres, la relation avec l'autre devient l'espace d'un miracle quotidien de la rencontre de deux essences chantant leur altérité.

Comment communiquer dans l'altérité ?

Pour communiquer dans l'altérité, il faut être passionné de l'altérité en soi. S'intéresser à l'autre en ce qu'il est le même que vous est facile mais débouche rapidement sur l'ennui. S'intéresser à l'autre en ce qu'il est autre est difficile mais débouche sur des découvertes sans cesse plus enrichissantes. Plonger dans l'altérité, c'est plonger

dans l'inconnu, cela fait peur. Mais c'est en même temps une fantastique opportunité de découvrir de nouvelles dimensions de soi-même. L'altérité est partout, chaque instant, chaque être, chaque culture, chaque civilisation est une altérité. Et derrière des similarités apparentes se cachent des gouffres de différence.

Communiquer dans la différence implique d'accepter de ne pas se comprendre. L'altérité appelle en nous la nudité de l'enfant qui s'émerveille de découvrir le monde. Nous ne pouvons pénétrer dans l'altérité que dès lors où nous acceptons que nous ne savons rien. Si nous savons quelque chose cela est inutile dans l'exploration de l'inconnu. Il faut être en contact avec ses émotions mais ne pas se laisser emporter par son flux d'émotions. Le sens émerge petit à petit du chaos, de l'insignifiance. Chaque instant est une émergence qu'il faut accueillir dans sa différence.

La communication dans l'altérité implique un silence intérieur qui permet de rentrer en résonance avec l'autre dans son propre silence et de vivre le partage intuitif de l'instant fugitif.

Vivre dans une équipe de génies

Une équipe peut être organisée par l'imposition de règles strictes. Nous avons alors une équipe qui est souvent très hiérarchisée et qui s'appuie sur des règles formelles. On retrouve beaucoup ce type d'organisation dans l'univers des civilisations agraires.

L'équipe peut se solidariser à travers le partage d'un projet collectif. Ce type d'organisation s'est beaucoup développé durant les civilisations de type industriel.

Une équipe peut se construire à travers la passion partagée de l'altérité. Ce genre d'équipes se construit plutôt sur l'inspiration et trouve sa dynamique dans ce que j'appelle le "niveau vide". Ce type d'équipes est plus typique des civilisations du type "création communication" qui vont se développer dans le futur. Quand une équipe est ancrée dans l'altérité, il y a une véritable passion de chacun des participants de l'équipe à la découverte de l'inconnu. Les règles et le projet sont secondaires par rapport au fait de vivre l'instant présent dans toute sa différence et de se donner l'occasion de rencontrer l'autre en ce qu'il est réellement une personne

unique. Une équipe de ce type semble fonctionner de manière très chaotique comme un orchestre de jazz où chacun des musiciens se lance dans des improvisations mais où il doit aussi tenir compte et anticiper les improvisations de chacun. Ces équipes ont l'avantage d'être très adaptatives et peuvent transformer leur règle et leur projet très rapidement en fonction de l'évolution du contexte ou de l'intégration de nouveaux membres. L'adhésion à l'équipe ne se fait pas par la soumission à un certain nombre de règles ni même par le partage d'un projet collectif, mais par le plaisir d'être ensemble, de se découvrir et de valoriser la singularité de chacun.

Une équipe de génies fonctionne comme un réseau d'échanges informels fait d'intuitions fulgurantes. Il n'y a pas à proprement parlé de chef, juste des frissons intuitifs qui traversent le groupe et le font se solidariser à travers des sensibilités communes.

Favoriser le génie chez les autres

Favoriser le génie chez les autres est très difficile ou très facile selon le point de vue que l'on a sur la question. La difficulté naît du paradoxe inscrit à l'intérieur même de cette proposition. Dans la mesure où chacun est unique, l'expérience de chacun est singulière et il est donc très difficile d'apprendre quelque chose à un autre sans le déformer et l'éloigner lui-même de son propre génie. Aider les autres dans leur génie est souvent un leurre et peut se révéler contre-productif. Plus vous aidez l'autre, plus en fait vous l'embarrassez avec vos propres méthodes, approches, plus il aura de difficulté à être l'écoute de lui-même dans sa différence. En fait, il apparaît qu'il est difficile ainsi d'aider l'autre quelle que soit la bonne volonté que l'on y met. Et plus on persévère sur cette voie en se dévouant, plus cela apparaît finalement difficile voire impossible.

Si l'on prend un autre point de vue, tout cela devient très facile au contraire. La personne pour trouver son génie a besoin surtout d'un accompagnateur qui soit capable de suspendre son jugement et d'aimer l'autre dans son mystère et sa différence. Paradoxalement, ce qui est le plus aidant, c'est d'être accompagné

par une personne qui accepte de ne pas comprendre, qui accepte de ne pas savoir, qui accepte d'être là en soutient avec de l'humour, de la compassion et la disponibilité que lui donne son ouverture de cœur. Une fois que l'on a bien compris ce processus et cette posture, qu'il est nécessaire d'avoir, tout semble finalement très simple et passionnant.

Celui qui veut aider est finalement enrichi par tout ce qu'il apprend à travers le regard de l'autre.

Tout ce qui vient d'être explicité est très intéressant pour éclairer le contexte familial. Certaines familles se retrouvent à travers des règles strictes, d'autres à travers des projets, d'autres à travers une dynamique créative qui s'inscrit dans l'altérité. Bien évidemment, on continue d'avoir besoin d'une certaine manière de règles et de projets ; cependant ce qui caractérise cette nouvelle manière de vivre en équipe est l'emphasis donnée à la dynamique singulière de chacun.

Le management des génies

Par définition, il est impossible de manager des génies. Nous avons peu d'influence sur le choix de chacun, de s'exprimer ou non, dans sa différence. Ce que l'on peut créer, c'est des conditions propices à l'épanouissement de chacun. En fait, il s'agit de créer des espaces d'affirmation de soi. On peut laisser à chacun l'opportunité de décorer son bureau et son espace de vie. On peut laisser à chacun l'opportunité d'organiser son temps selon les rythmes qui lui sont le mieux adaptés.

Dans la perspective du management des génies, ce qui est intéressant, c'est la manière dont des singularités peuvent s'harmoniser ensemble. Il s'agit de faire un bouquet de génies où chacun des talents vient renforcer les autres. Pour cela il faut que chacun et le manager lui-même soient intéressés par la singularité et la richesse qu'apporte une altérité dans un groupe. Un manager de génies doit aimer sa propre singularité et aimer valoriser la singularité des autres.

ALTERITE

Altérité

Derrière ce bien grand mot

Il y a tout simplement la sincérité

Sincérité d'être ce que l'on est

Sincérité d'écouter et d'entendre ce qu'est
l'autre

Cela paraît bien simple

Et pourtant tout cela est bien compliqué

A en croire les maux de notre société.

CD

Septième chapitre :

VIVRE LES PÉRIODES DE TRANSITION

"We all have a spiritual purpose, a mission that we have been pursuing without being fully aware of it and once we bring it completely into consciousness, our lives can take off"

JAMES REDFIELD, *The celestine prophecy*, Warner, 1993, Page

Pourquoi sommes-nous de plus en plus en transition ?

Nous sommes de plus en plus en transition car le monde évolue de plus en plus vite et multiplie les occasions de remise en question.

Les grandes transitions sont le passage de la scolarité à la vie active et de la vie active à la retraite. La vie s'articule autour de ces trois périodes de trente ans environ chacune. Mais il existe aussi des transitions majeures à l'intérieur même de la vie active comme, par exemple, lorsque l'on passe d'un poste technique à celui de management et ensuite à un poste de direction. Plus la vie avance, plus il est important de ne pas se tromper sur son génie. Chaque période de transition est une occasion idéale pour reprendre son travail de recherche et d'approfondissement de soi et utiliser ce moment de bifurcation pour se rapprocher de conditions idéales à l'épanouissement de nos talents.

Ce monde en transformation rapide a tendance à déclencher deux réactions de fuite : une qui consiste à gesticuler et à se perdre dans les détails afin de ne pas affronter les vraies questions ; une autre qui consiste à s'effondrer dans la dépression

par épuisement. La multiplication des choix qui nous sont offerts nous renvoie chacun à un besoin de sens. C'est la valeur paradoxale de cette société de consommation de nous renvoyer pour sortir de l'enlissement à des questions de sens fondamentales.

L'illusion du saut de l'ange : passer du formel au formel

Dans les périodes de transition, on a tendance à croire que l'on va pouvoir passer de la rationalité formelle de l'univers de sens que l'on est en train de quitter directement à une nouvelle rationalité formelle. En fait, on est obligé de passer par un moment profondément émotionnel où on lâche prise et à une période de blanc où l'on se sent perdu entre deux mondes et où l'on flotte dans un univers qui a perdu sa consistance. Ce passage par le niveau Turbulent et le niveau Vide est consubstantiel d'une courbe de changement.

La phase de vide est vécue un peu comme une traversée du désert, et c'est au fond de ce désert, quand on se sent complètement perdu que l'on peut trouver des idées originales pour remonter à la surface avec un nouveau projet. Il faut accepter de se perdre pour se trouver. Beaucoup de personnes ont du mal, dans ces périodes de transition, à lâcher prise et leur processus d'évolution est bloqué car elles ne veulent pas accepter que leur vie puisse pendant un certain temps flotter en leur donnant ainsi une certaine inconsistance.

Ce blocage, qui est très fréquent, peut être lié à une peur des émotions ou plus radicalement encore à une peur du vide. C'est à chacun de ces niveaux que se pose la question de la maturité affective et spirituelle de la personne. La meilleure manière de se préparer à ces transitions est de les aborder positivement et consiste en un travail de développement personnel à travers la culture artistique, philosophique et spirituelle. À travers l'art, nous apprenons à vivre par procuration toutes les formes d'émotion, nous apprenons à les transformer et à les sublimer. En un mot, nous apprenons à les vivre plutôt qu'à les refouler. À travers la philosophie et la spiritualité, nous nous entraînons à répondre aux

grandes questions de sens qui sont au cœur des crises que nous traversons dans les périodes de transition.

Les fantasmagories de la plongée dans l'affect : rentrer dans le turbulent

Quand nous quittons un univers que nous connaissons bien lors d'une transition, nous vivons symboliquement toutes les affres de la mort. C'est cette mort symbolique qui active toute notre souffrance émotionnelle accumulée à travers nos blessures affectives. Vivre une transition, c'est vivre la remontée à la surface de toutes les douleurs et de toutes les émotions sur lesquelles nous avons fait une croix et que nous avons rejeté au loin. La désintégration de sa propre identité peut être vécue de manière difficile par celui qui n'a pas intégré culturellement l'idée qu'une transition peut être l'occasion rêvée d'une renaissance dans un monde meilleur.

La transformation dans le vide : accepter de ne pas savoir dans la chrysalide

Il est important dans les périodes de transition d'apprendre à se relaxer en laissant remonter les émotions contradictoires mais sans se laisser emporter par elle. À partir du moment où le turbulent s'apaise et les émotions se calment, on peut alors connaître un moment tout à fait particulier où l'on est réellement au fond de la transition, entre deux mondes. On a quitté le monde ancien mais on n'est pas encore dans le monde nouveau. Ce moment de vide peut être d'autant plus angoissant que l'on en arrive à ne plus rien comprendre. On ne sait plus très bien où l'on est, où l'on va et compte tenu des moments de flottements, on a beaucoup de mal à être productif. En général, on a l'impression de perdre son temps et cela peut être un facteur d'énerverment intense pour quelqu'un ayant intégré le devoir d'être constamment productif. Par contre, si l'on sait lâcher prise et accepter ces moments de flottements, ils peuvent être très agréables. Ce sont des moments de profonde liberté intérieure et de méditation où tout devient possible. Ce sont des moments de re-création où l'on

peut tomber amoureux du monde à nouveau à travers un regard différent. Bien que, souvent, ils apparaissent au moment où on les vit comme des moments d'inaction, ces moments se révèlent rétrospectivement comme les moments les plus importants de notre vie. Ce sont les moments structurants pendant lesquels on décide en profondeur les grandes orientations de sa vie. Une vie où l'on ne laisse pas ces espaces devient comme une maison sans fenêtre car c'est bien à travers ces espaces que nous pouvons délimiter les parois essentielles sur lesquelles construire notre vie.

Vivre en transition

Dans les périodes de transition, on a l'impression que la réalité se désintègre, on a beaucoup de mal à prendre des décisions. Ce sont des moments de friche. Ce sont aussi des bons moments pour se reposer, se détendre, ne rien faire. On traversera peut-être des moments d'ennui mais cela n'est pas inutile pour que notre imaginaire puisse se déployer. Profitez de vos périodes de transition pour musarder, pour découvrir des nouveaux lieux et faire des activités qui sortent de l'ordinaire. À travers ce "temps perdu", vous reconstituez votre terreau dans lequel s'enracine votre imaginaire. Vous nourrissez votre vie future en diversifiant votre imaginaire des possibles. C'est aussi une très bonne période pour se reconstituer physiquement, faire du sport et soigner son alimentation.

Dans les périodes de transition, la nature est de bon conseil. C'est un moment idéal pour aller vivre dans la nature et retrouver l'harmonie avec les cycles fondamentaux de la vie.

Dix clés pour réussir ses transitions

Accepter que les périodes de transition soient nécessaires et les vivre en tant que telles sans les considérer comme du temps perdu.

Se détendre et en profiter pour découvrir l'art de méditer dans le silence.

Soigner sa forme physique et son régime alimentaire, dans ces périodes, pour se remettre en forme.

Profiter du temps libre pour multiplier des activités nouvelles qui sortent de l'ordinaire.

Reprendre contact avec la nature en passant plus de temps à la campagne et en faisant de longues marches.

Développer sa créativité et son imaginaire en prenant le temps de rêver à de nouveaux horizons.

Travailler la dimension émotionnelle en prenant conscience de ses blessures passées et en les libérant.

Accepter de lâcher prise avec le passé et en faisant le deuil de son ancienne peau.

Célébrer le fait de "ne plus savoir", d'être perdu en le valorisant comme une expérience importante de la vie.

Partager sa propre expérience avec d'autres personnes en transition et s'aider mutuellement.

Huitième chapitre :

CONJUGUER VIE PROFESSIONNELLE ET VIE PRIVÉE

"Notre société est à genoux car nous attribuons davantage de valeur aux biens matériels qu'à la dimension humaine".

CHARLENE SMITH

Les complémentarités de la vie professionnelle et de la vie privée

Une des dimensions essentielles du projet de vie est l'équilibre entre vie privée et vie professionnelle.

Comment donner du sens à la vie privée et à la vie professionnelle ?

Quelle dynamique mettre dans chacune de ces vies et comment articuler l'une par rapport à l'autre ?

Il nous arrive souvent, afin d'éviter de nous poser des questions qui nous confrontent à nous-même, d'épouser des modèles conformistes. Nous pensons souvent qu'une vie réussie répond à un certain nombre de standards partagés par notre entourage et qui structurent notre sens des valeurs.

Malheureusement ces standards se révèlent souvent des illusions et après beaucoup d'efforts pour les atteindre, nous découvrons avec beaucoup de déception que le bonheur n'est pas là.

Tout l'enjeu est de construire une vie privée et une vie professionnelle qui entrent en résonance avec nos talents et notre génie. À mesure que nous découvrons notre singularité, nous pouvons être

conduits à des modes de vie très éloignés des standards classiques. Cependant ces modes de vie originaux, parce qu'ils sont les supports de notre épanouissement profond, se révèlent les clés de notre bonheur.

La vie professionnelle et la vie privée sont deux univers complètement différents dans lesquels nous pouvons révéler nos talents de manières diversifiées.

Il est important de se poser les questions suivantes : que voulons-nous retirer de nos vies privée et professionnelle ?

Quelles sont nos attentes spécifiques à chacune de ces vies ?

À quoi ressemble le foyer que nous désirons construire ?

Quel type de maisons ?

Quelles amitiés voulons-nous avoir ?

Quelle sorte de travail ?

Combien de temps voulons-nous passer dans notre vie professionnelle et dans notre vie privée, respectivement ?

Combien de vacances souhaitons-nous avoir dans l'idéal ? Quel type de vacances ? etc.

Plus votre vision de votre vie privée et vie professionnelle, telles que vous les souhaitez, est claire et partagée avec votre entourage, plus il sera facile d'atteindre vos objectifs.

La cohérence entre les deux vies

Après avoir bien identifié l'axe stratégique de votre vie, où sont vos talents et en quoi consiste votre génie, il est important de mettre en cohérence votre vie privée et votre vie professionnelle. Compte tenu de la réalité du moment, il est parfois difficile de faire évoluer les choses de manière radicale à court terme. Mais on peut prendre le temps de valider la permanence des options que l'on a identifiées et infléchir tout doucement sa vie pour mettre en cohérence sa dynamique professionnelle et sa dynamique privée. Souvent il est plus facile de faire ressortir ses talents dans sa vie privée à travers des hobbies dont le choix

dépend de nous sans qu'une série de contraintes extérieures fassent pression sur nos choix. Les hobbies sont souvent une très bonne manière de se rapprocher de soi-même et d'explorer ses talents. Mais laisser ses talents s'exprimer dans la seule vie privée, c'est comme dormir sur une mine d'or. Il est important de transformer ses talents en atouts professionnels. Cependant dans ce domaine, il existe des contraintes et des pressions du monde extérieur beaucoup plus importantes. Il faut donc avoir le courage de s'affirmer, de convaincre et de professionnaliser les talents que l'on pressent.

Aujourd'hui où il existe une concurrence féroce liée à la mondialisation et à la multiplication des offres, il devient vital de se différencier. Vous avez plus de chance d'être embauché en valorisant vos singularités qu'en vous fondant dans une masse aux caractéristiques standards et interchangeables.

Gérer l'espace et le temps comme des facteurs clés de succès

Une vie réussie est souvent une vie dans laquelle on a su clarifier ses priorités. Vos priorités dépendent de vos talents, de votre singularité. Une fois que votre génie et vos singularités sont acceptés et reconnus, tout l'enjeu de votre réalisation est d'être clair sur vos priorités et de vous y tenir.

Nous avons souvent tendance à considérer l'espace et le temps comme des continuums neutres. C'est une vision pratique en terme mathématique et physique mais la vérité au quotidien, dans notre vie réelle, est que les lieux et les moments ne sont pas neutres. Il est important que vous trouviez vos lieux c'est-à-dire les endroits où votre génie entre en vibration avec votre environnement et s'épanouit naturellement. Les artistes le savent et sont souvent en voyage à la recherche de lieux qui les inspirent. Mais cela est vrai pour chacun de nous. De la même manière qu'il y a des lieux privilégiés, il y a des moments privilégiés. Parfois, notre nature profonde semble endormie, recroquevillée sur elle-même, intériorisée et elle se repose, se ressource. À d'autres moments, nous avons tendance naturellement à exposer notre nature

profonde et elle se déploie comme un magnifique étendard qui s'ébat dans le vent.

Posez-vous les questions de savoir quels sont les lieux et les moments qui vous sont favorables.

Développez votre sensibilité en voyageant et en ressentant les moments en fonction de leur tonalité particulière.

La dynamique du couple, autonomie et articulation des projets dans une famille

À mesure que votre projet se construit, que vous vous affirmez dans votre talent et que vous trouvez les bons moments et les bons lieux pour vous, émerge la question de l'articulation de votre dynamique avec l'autre, votre compagnon ou votre compagne de vie.

Parfois il est difficile de s'exprimer au début car le projet de vie est timide, flou. Mais cela est parfois utile de le partager justement pour le clarifier. Encore faut-il avoir à sa disposition une oreille compatissante et à l'écoute. Il est important de ne pas chercher à tordre un projet de vie par rapport à l'autre.

Il est nécessaire que chacun puisse construire son projet de vie en toute indépendance et en toute liberté. Chacun doit pouvoir libérer les ailes de sa créativité et s'envoler dans ses rêves sans qu'il soit parasité par un cadre venu d'ailleurs. En effet, ce qui nous empêche le plus souvent de trouver notre génie, c'est bien souvent la présence intériorisée des autres, nos parents, nos amis, la société qui sans cesse trouble notre présence à nous-mêmes. Cela est a fortiori vrai pour le conjoint qui, dans certains cas, finit par occulter notre véritable personnalité.

Par contre une fois que le projet et le génie singuliers de chacun sont clarifiés, on peut travailler sur l'articulation des deux projets ensemble. À partir de là, l'enjeu est non seulement de voir comment on peut les concilier mais aussi de les renforcer l'un par l'autre en se servant des talents singuliers de chacun pour aider l'autre. Le couple alors peut connaître une véritable dynamique, où chacun se sent stimulé par l'autre au lieu d'être immobilisé.

Il arrive parfois que la difficulté vienne du fait que l'un des deux préfère rester immobile dans une relation fusionnelle, absent à lui-même. La vie de couple devient alors difficile pour les deux car celui qui s'est mis en marche vit la relation comme un boulet. Ce différentiel de dynamique est souvent la cause de séparation. Dans d'autres cas, bien que les deux soient rentrés dans une dynamique de développement personnel, les projets peuvent s'avérer difficilement compatibles. C'est le décalage entre les projets, et non pas dans la dynamique elle-même, qu'il faudra de gérer.

Dans tous les cas, être en présence avec vous-même et rentrer dans la dynamique de votre vie transforme en profondeur l'ensemble de votre présence au monde. Elle vous fait découvrir chaque personne de votre entourage sous un nouvel angle ainsi que des personnalités nouvelles en vous-même et chez les autres. Cette dynamique est la base essentielle pour construire un couple qui se renouvelle de façon créative dans sa relation et qui puisse s'inscrire sur une longue durée en restant enthousiasmant.

De la même manière qu'il faut respecter la dynamique de son conjoint et l'aider à s'exprimer dans sa singularité, il faut aider les enfants à s'affirmer dans leur essence. Chaque enfant a sa personnalité, ses besoins singuliers et sa manière toute particulière d'exister. Ce n'est pas parce qu'il est votre enfant qu'il vous ressemble sur tous les points. Bien au contraire, il peut révéler des aspirations tout à fait mystérieuses pour vous. Si vous êtes capable de rentrer dans son monde, il vous étonnera par sa différence en ce qu'il est porteur de talents différents des vôtres mais aussi en ce qu'il est porteur de la sensibilité d'une autre époque et d'un autre temps. Nos enfants sont une chance unique de développer une intimité profonde avec des espaces et des temps qui nous échappent naturellement du fait de notre âge. C'est un grand bonheur pour un enfant de sentir que son père et sa mère sont ouverts à son enseignement et à l'écoute de son projet singulier. Reconnaître la singularité de chacun, c'est sortir du mimétisme et de la culpabilité souvent pesants dans les familles. En effet, certains enfants tentent désespérément de ressembler à leurs parents tout en leur reprochant d'être ce qu'ils sont. Ils se révoltent à travers des explosions soudaines et des tentatives d'inventer un anti-modèle. Ce genre de crise se dénoue lorsque les parents

parviennent à exprimer devant l'enfant les grandes caractéristiques de leur projet en invitant l'enfant à construire lui-même son propre projet en fonction de ses aspirations singulières.

La rencontre du féminin et du masculin

Les femmes et les hommes ont en général des manières assez différentes de construire leur projet.

Les hommes ont tendance à se focaliser sur les objectifs à atteindre tandis que les femmes s'intéressent plus à la qualité des processus à mettre en œuvre. Un homme sera souvent capable de définir quelques objectifs prioritaires qui lui apparaîtront comme une évidence alors qu'une femme aura plus de difficulté à définir ses objectifs mais pourra parler en long et en large, comme une évidence, de la qualité de vie qu'elle anticipe pour s'épanouir.

Il existe une très forte pression sociale aujourd'hui afin que les hommes acquièrent des qualités féminines en étant à l'écoute et en communiquant et que les femmes développent des qualités masculines en s'affirmant et en s'autonomisant.

Cette pression sociale a l'avantage de donner la permission à chacun de développer sa part masculine et sa part féminine ce qui était parfois plus difficile par le passé. Cependant, elle rend plus difficile aux hommes et aux femmes, l'affirmation de leur polarité propre. On aboutit parfois à une sorte de renversement où les femmes sont finalement plus autonomes que les hommes, et les hommes plus à l'écoute que les femmes. Pour un homme, c'est toujours une très grande richesse de développer sa part féminine. Encore faut-il qu'il ait pu au préalable s'affirmer dans sa dimension masculine. Pour une femme de même, c'est une grande richesse d'affirmer sa part masculine, encore faut-il que sa part féminine ait pu s'épanouir au préalable.

Il y a en chacun de nous un homme et une femme mais aussi toute une multitude de personnalités et de facettes que nous acceptons plus ou moins et qui sont plus ou moins acceptées par notre environnement. Cela est intéressant d'être à l'écoute de toutes ces facettes de nous-même. Et plus particulièrement celle-là même

que nous avons tendance à rejeter ou que notre entourage a du mal à accepter. C'est souvent ces facettes qui contiennent les talents les plus hors du commun, les plus exceptionnels et qui sont donc les plus riches en potentiel.

Il est très intéressant de pouvoir se soutenir en tant qu'homme et en tant que femme dans la valorisation mutuelle du génie de chacun car le regard féminin et le regard masculin, en se portant l'un sur l'autre, révèlent une multitude de caractéristiques que l'individu resté dans la solitude a du mal à comprendre. Dans cette dynamique du couple, qui transforme la rencontre en un long émerveillement des possibilités de chacun, l'enjeu est d'apprendre à aimer l'autre de façon inconditionnelle en l'aidant à dépasser sa timidité envers lui-même. Il faut aussi oser apprendre à l'autre à s'envoler sans craindre que, pour autant, il ne vous échappe.

Les enfants : naissance, croissance, adolescence et indépendance

Un enfant qui naît c'est un nouveau monde qui surgit pour réinventer tout ce qui existe. C'est pourquoi toute naissance est fascinante. Une naissance n'est pas simplement la naissance d'une nouveauté dans le tout, mais la renaissance du tout dans la nouveauté.

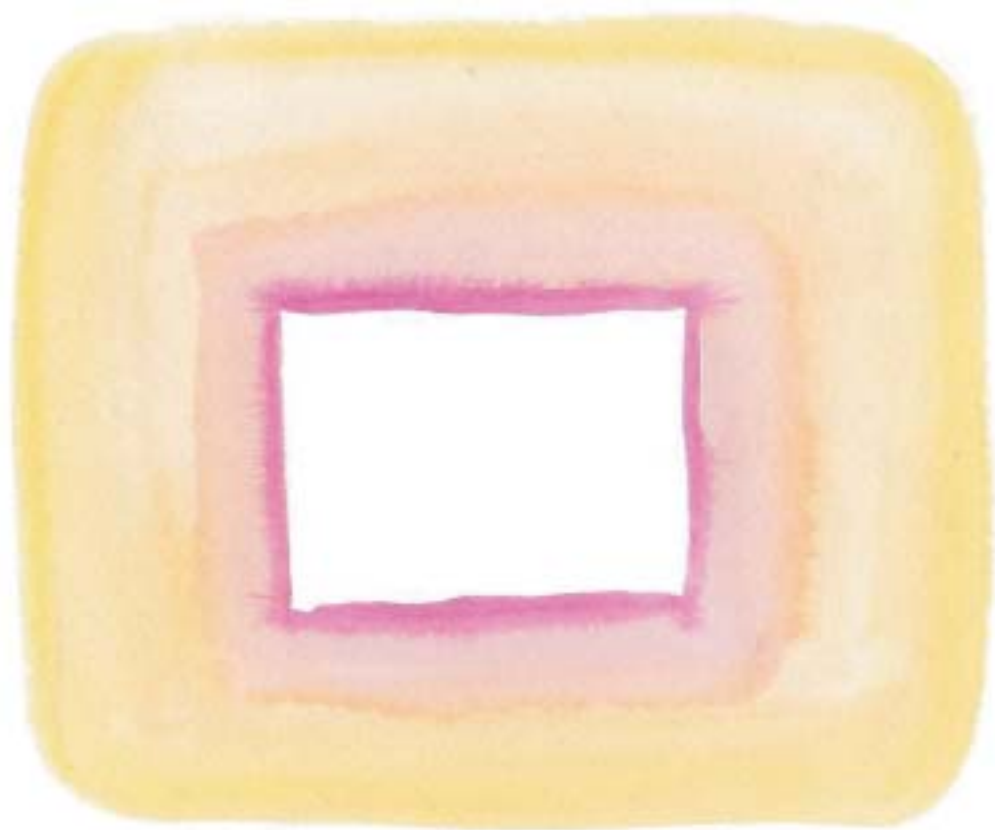
Un enfant nous fait découvrir le monde à travers ses yeux et il apprend à regarder le monde à travers nos yeux.

Un enfant se développe dans la réalité que nous avons sue, en tant que parents, lui construire pour l'accueillir. Cette réalité, qui est constituée par nos talents et notre projet de vie, est son berceau et son point de départ. Mais, par définition, l'enfant a pour vocation d'aller ailleurs et d'inventer son propre chemin à travers ses talents pour créer la réalité qui finalement lui conviendra et qu'il donnera à son tour comme berceau à ses enfants.

Il n'y a nulle culpabilité à être ce que l'on est et à ne pouvoir donner à ses enfants que la réalité que l'on a su construire pour soi.

Il n'y a nulle culpabilité de la part de l'enfant à se nourrir pleinement de la réalité parentale pour ensuite s'autonomiser et construire par ses propres moyens une réalité différente.

Tout le dialogue parent-enfant est enrichi par cette dialectique du glissement de la dépendance vers l'autonomie qui prend des caractéristiques différentes tout au long de l'enfance, de l'adolescence et de la vie adulte. C'est un long cheminement où chacun peut s'épauler dans la difficulté qui consiste à exister dans l'authenticité de soi-même.



REACTUALISATION

L'actualité est en marche
Je cours derrière elle
En essayant de la rattraper.
L'actualité est en marche
Je cherche à la devancer.
Rester derrière l'actualité
C'est ne pas se remettre en cause
La devancer, c'est réactualiser sa course
Et réactualiser sa course
C'est anticiper l'actualité.
Son projet de vie
C'est quelque part une actualité
A réactualiser éternellement...

CD

Neuvième chapitre :

RÉACTUALISER SON GÉNIE

Réactualisation annuelle

Il est important de réactualiser son génie régulièrement et de faire le point sur le chemin parcouru. Une fois par an vous pouvez reprendre l'ensemble des notes que vous avez rédigées sur votre génie et constater dans quelle mesure vous avez progressé ou au contraire vous vous êtes éloigné et comment vous pourriez avancer un peu plus loin. Il est très intéressant de voir d'année en année comment certaines caractéristiques s'affirment et d'autres s'effacent. Quand certaines aspirations s'affirment au fil du temps, cela vous donne la motivation pour construire votre projet de vie autour de ces axes qui manifestement apparaissent comme structurels à votre personnalité. Vous pouvez faire le bilan des actions que vous avez de fait réalisées dans l'année, comparé à ce que vous aviez projeté. C'est également l'occasion de préparer votre plan d'action pour l'année suivante.

Réactualisation tous les dix ans

Dix ans est une période longue. En dix ans, vous pouvez mener à bien des projets ambitieux et transformer de fond en comble votre vie. C'est pourquoi il est très intéressant de faire un bilan approfondi tous les dix ans afin de mesurer votre capacité à transformer votre vie. C'est également l'occasion de définir clairement le style de vie que vous voulez atteindre dans les dix

prochaines années. Réfléchissez aux grandes transformations que vous ne pouvez pas réaliser en un an mais qui deviennent envisageables si vous les planifiez sur dix ans. C'est l'occasion, plus que jamais, de déployer les ailes de votre imaginaire. N'ayez pas peur d'être utopique et d'imaginer l'impossible. Vous aurez tout le temps en dix ans de valider vos projets et de les réaliser s'ils s'avèrent sages.

Réactualisation entre les trois grandes périodes de la vie

Faire son projet de vie en tant qu'étudiant, professionnel ou retraité n'est évidemment pas du tout la même chose. Les enjeux ne sont pas du tout les mêmes.

En tant qu'étudiant, il s'agit de défricher et de valoriser une première approche de vos talents.

En tant que professionnel, il s'agit d'être beaucoup plus précis sur les caractéristiques de votre génie et de savoir le valoriser dans un cadre professionnel. Trouver des conditions qui permettent de vous exprimer, savoir affiner ses talents afin de les rendre appréciables par les autres, s'insérer harmonieusement au sein d'un groupe sont autant d'enjeux complexes et difficiles de la vie d'adulte.

Dans le cadre de la retraite, les contraintes sociales et financières rentrant moins en jeu, c'est un moment idéal pour aller jusqu'au bout de ses talents et les faire vivre librement en aidant son entourage.



CREATIVITE

Créer, c'est se détacher de soi
C'est libérer l'inconscient
Au travers d'outils divers
Pour mieux révéler son génie.
C'est ouvrir de nouveaux espaces
A la finitude de son être,
C'est offrir des pâturages vierges
Pour cultiver son esprit,
C'est retrouver des émotions
Pour mieux les exprimer.

CD

Dixième chapitre :

OUTILS DE CRÉATIVITÉ

Savoir se servir de l'aléatoire : le cadavre exquis

Les surréalistes avaient très bien compris les possibilités qu'offre le hasard pour susciter la créativité. Vous pouvez par exemple prendre un dictionnaire et l'ouvrir au hasard en lisant le mot qui vous vient sous les yeux. Ce mot va rentrer en résonance avec votre personnalité et vous pouvez observer alors toutes les associations d'idées qui vous viennent autour de ce mot et qui en disent long sur votre propre état d'esprit et votre singularité.

Dans le même ordre d'esprit, il est intéressant de raconter une histoire au hasard, en laissant les mots venir à vous et de l'interpréter ensuite un peu comme on le ferait d'un rêve. Vous pouvez faire cet exercice en solitaire et vous pouvez le faire aussi en groupe, et chacun alors prend la suite de l'histoire et conte une péripétie qui lui traverse l'esprit.

Cette manière de pratiquer a souvent été utilisée par les surréalistes et notamment André Breton. On peut s'assurer d'un hasard encore plus fort en faisant écrire à chacun sa partie de l'histoire sur un bout de papier que l'on roule à mesure que l'histoire se développe afin que chacun soit aveugle de ce qui a été écrit précédemment. C'est ce que les surréalistes appelaient un "cadavre exquis".

Vous pouvez utiliser cette technique de créativité à la fois comme outil pour explorer les facettes de votre génie mais aussi chaque

fois que vous avez à faire face à la production d'un contenu créatif. C'est une très bonne manière de rompre l'angoisse de la feuille blanche.

Bien sûr il faut dépasser la résistance qui consiste à penser que tout cela n'a aucun sens sous prétexte que vous êtes en train de dire n'importe quoi, et que les mots sortent de votre bouche automatiquement.

Bien au contraire, comme dans les rêves, le fait que vous ayez suspendu votre capacité de jugement vous fait répondre aux questions que vous vous posez avec toute la profondeur de votre inconscient. Ce que vous racontez en parlant ainsi au hasard est d'autant plus révélateur que vous faites cet exercice en vous relâchant complètement et en ayant l'impression de dire vraiment n'importe quoi. En général, ce qui émerge est un matériel très précieux parce qu'il remonte justement du plus profond de vous-même et l'absurdité apparente n'est qu'un voile qui protège votre conscient de la trop grande clarté, une vérité profondément cachée.

Une fois votre histoire écrite, vous pouvez la retravailler en essayant de comprendre ce qu'elle est en train de vous dire et comment elle peut vous apporter des éléments pour enrichir la compréhension de vous-même, du problème que vous cherchez à résoudre ou y puiser les structures de la création que vous cherchez à développer. Bien évidemment, ce genre d'"écriture automatique" n'est pas à prendre à la lettre et le sens qui en ressort doit être compris comme une métaphore.

Les structures symboliques : jouer avec les archétypes

Une autre manière de travailler consiste à partir du prisme d'un système de représentations qui articule, sous forme d'images symboliques, les structures fondamentales sous-jacentes à l'inconscient collectif humain. On retrouve ces grandes structures symboliques réorganisées, de manière différente dans toutes les grandes cultures de l'humanité. Dans beaucoup de cultures, cette symbolique vient se greffer sur des tentatives de compréhension

du mouvement des astres, et nous avons alors les différentes formes d'astrologie que l'on retrouve en Inde, en Chine, chez les Incas ou en Occident. Parfois cette structuration symbolique prend des formes très originales et indépendantes du support symbolique des étoiles comme le Y King en Chine ou le jeu de Tarot en Europe.

Dans la mesure où ces systèmes symboliques rassemblent sous formes d'archétypes chacun des nœuds de sens qui articule nos vies, lorsque nous tirons au hasard un de ces signes, ils sont d'autant plus parlants qu'ils sont un concentré de sens. Dans la culture moderne, ces systèmes symboliques ont été connotés négativement par l'usage simpliste qu'il en a été fait pour prévoir l'avenir de manière magique. Cette façon d'utiliser les systèmes symboliques pour anticiper le futur repose sur des croyances qui sont de l'ordre de la superstition, ce que la science moderne a rejeté. Quoi qu'il en soit, la véritable valeur de ces systèmes symboliques n'est pas dans cette utilisation obtuse pour combler notre angoisse du futur. L'intérêt de ces structures symboliques est qu'elles concentrent, sous forme poétique et artistique, les grandes figures qui structurent, de manière sous-jacente, notre vie au quotidien.

Chaque fois que nous tirons au hasard une de ces figures symboliques, nous nous confrontons à un concentré de sens qui nous fait réfléchir, de manière nouvelle et en profondeur, à la question que nous nous posons. Effectivement, c'est une bonne manière d'éclairer une problématique du présent et de la conscientiser sous des angles auxquels nous n'aurions pas pensé sans le support de ces figures symboliques.

Ce genre de figure symbolique peut être très utile pour travailler sur son génie, soit que l'on utilise pour se faire le hasard en éclairant notre question par les cartes qui surgissent, soit que nous partions au contraire à la recherche d'une figure symbolique de notre génie en explorant ces différentes figures et en cherchant celles qui semblent le plus se rapprocher de notre génie.

La rencontre du hasard des figures symboliques fondamentales et de l'instant présent, dans ce qu'il a de spécifique dans chacune de nos consciences, nous amène naturellement aux questions

soulevées par le psychologue Carl Jung sur les phénomènes de synchronicité. Ce fut un débat tumultueux entre Carl Jung et Sigmund Freud. Peut-on considérer, comme semble le montrer l'expérience répétée, qu'il existe des moments de synchronicité où le hasard cesse d'être le hasard au sens où l'entend la science et devient le destin, au sens où l'entend la conscience subjective lorsqu'elle a le sentiment d'être confrontée à des "miracles", des simultanités d'évènements ou des chronologies qui défient le déroulement chaotique des choses. Jung prétendait que certains de ses patients, arrivés à un haut degré de cohérence et d'intégration psychique, voyaient leur vie se transformer en un destin symboliquement significatif.

On peut laisser le débat ouvert à ce sujet. Quoi qu'il en soit, l'expérience commune montre bien, comment, à mesure que chacun atteint dans sa conscience une compréhension profonde des grands symboles universels, un bien-être se développe et l'individu connaît dans sa vie une plus grande harmonie. Ce processus de conscientisation est une forme de sublimation artistique et de travail spirituel sur le sens qui distingue singulièrement l'homme de l'animal.

Le "brainstorming" : explorer seul ou en groupe les potentiels de notre cerveau

Une technique est très souvent employée dans les entreprises pour favoriser la créativité est le "brainstorming". "Brainstorming" signifie littéralement "tempête dans le cerveau" et consiste à suivre un processus en étapes bien déterminées pour valoriser la créativité naturelle de notre cerveau.

La première étape a pour objectif de noter toutes les idées qui viennent à l'esprit sans aucune censure ni forme de jugement à priori et de faire ainsi une liste jusqu'à épuisement des idées.

La deuxième étape vise à regrouper les idées en les apparentant les unes aux autres en fonction de leur similarité.

La troisième étape permet de trier les agrégats d'idées apparentées par ordre d'importance en fonction des critères de valeurs dépendants de la problématique en question.

L'avantage du brainstorming est d'être utilisable de manière très efficace à titre personnel mais aussi de fonctionner très bien comme processus pour animer un groupe de créativité et de prise de décision.

Cette approche peut être utilisée, par exemple, pour travailler sur les caractéristiques de votre génie mais aussi pour animer un groupe d'amis que vous rassemblez pour vous aider à mieux comprendre vos talents.

Marcher dans la nature : explorer les richesses du désert

J'ai souvent remarqué que la nature était bonne conseillère et souvent je suis heureux de partir marcher dans des grands espaces, à la montagne, au bord de la mer ou dans le désert. Ces marches silencieuses sont l'occasion d'oxygéner le corps et l'esprit mais sont aussi de très bonnes occasions pour réfléchir de façon créative à son futur. En cheminant, on passe facilement d'une idée à l'autre et l'exercice physique s'équilibre avec l'exercice intellectuel, les deux se dynamisant mutuellement. Il m'est souvent arrivé ainsi de marcher plusieurs heures sans avoir eu conscience qu'une durée aussi longue se soit passée.

La marche est une très bonne manière de clarifier vos objectifs à court, moyen et long terme. En marchant, on évite de s'endormir, on reste alerte et l'on peut réfléchir plusieurs heures durant à des problématiques complexes.

Se relaxer : les différents niveaux de méditation

Comme nous l'avons indiqué au début du livre, et notamment dans le chapitre traitant des différents niveaux de conscience, il est intéressant d'identifier et d'utiliser de manière complémentaire les

différentes formes d'intelligence : l'intelligence rationnelle qui permet de raisonner, l'intelligence affective qui nous fait ressentir émotionnellement l'univers analogique des symboles et créer pour communiquer nos émotions dans l'art, enfin l'intelligence spirituelle qui nous ouvre les portes de notre intuition et de notre inspiration face aux grandes questions de sens qui animent le destin de l'humanité.

Inspiration, émotion et raisonnement sont les éléments clés qui font qu'un projet de vie est réellement enthousiasmant.

Si votre projet de vie est issu d'un raisonnement desséché sans cœur et sans intuition, il y a de grandes chances pour que vous vous ennuyiez en le mettant en œuvre et qu'il soit un artifice de votre mental.

Si de manière inverse, votre projet n'est qu'inspiration sublime de votre intuition, ce projet risque d'avoir beaucoup de mal à s'enraciner et à se développer dans la réalité.

Si votre projet ne sait pas enthousiasmer votre cœur et qu'il ne dégage aucune émotion, vous aurez du mal à faire vibrer les autres avec votre projet de vie et à trouver des soutiens à votre élan.

Quand vous travaillez de façon créative sur votre projet de vie, il est important de penser à bien utiliser ces différentes approches : utiliser votre inspiration pour nourrir votre projet de nouvelles idées, utiliser votre cœur pour faire résonner ce projet émotionnellement et le nourrir d'éléments caractéristiques de vos sentiments, utiliser le raisonnement et la rationalité pour valider la faisabilité.

Vivre l'instant présent : la conscience de l'homme sans histoire

Une autre manière de développer sa créativité et de trouver son génie consiste à donner toute sa place à l'instant présent. Accordez-vous des moments où vous pouvez vivre l'instant présent en toute plénitude indépendamment du passé et du futur.

Utilisez ces moments pour vivre selon votre inspiration de l'instant. Faites des actions que vous n'avez pas l'habitude de faire. Prenez le temps de ne rien faire. Essayez de sentir ce que ce moment a de spécifique, de singulier et quelle est la musique de votre cœur à cet instant. Ecrivez un poème, chantez une chanson, cueillez des fleurs et faites un bouquet...

DESIR

Le désir, c'est cette connexion à l'autre,
Ce petit clic que l'on ressent
Cette sensation de fondre devant l'objet
Cette envie d'abandon qui nous étreint.
Le désir, c'est cette force qui nous donne
envie
De mener à bien un projet.
Le désir c'est aussi la prémisse
Au renoncement et à la décision
Aux choix qui font notre projet de vie.
C'est le oui et le non réunis
En énergie créatrice de vie.

CD

Onzième chapitre :

DÉSIR ET RENONCEMENT

Il ne s'agit plus là, ni d'être honteux dans l'inaction ni d'être compulsif dans l'action, mais de chevaucher le tigre de nos désirs pour en faire le moteur du retour à notre essence.

MICHEL SALOFF COSTE *Trouver son génie* Edition Guy Trédaniel

La différence entre désir, projet, ascèse, détachement et renoncement

Lorsque l'on travaille sur son projet, on est confronté à ses désirs et aussi à la nécessité d'une rigueur dans l'accomplissement qui est proche de l'ascèse. Nous sommes amenés à faire des choix, à nous détacher et à renoncer.

Nous sommes animés par des questions liées à la culpabilité du désir et à notre relation conflictuelle avec l'importance que nous nous donnons à nous-même.

Les pièges du désir et du renoncement

Le renoncement est une forme de désir et réaliser un désir, c'est renoncer à d'autres.

Les désirs nous traversent sans cesse et ils sont l'expression de la richesse de notre être en évolution et transformation. Il est important d'être à l'écoute de ses désirs dans la mesure où ils sont chacun des symptômes d'une énergie de vie qui nous pousse à transformer le monde et à nous transformer.

Cependant, dans ce flot de désirs, il va falloir naviguer, éviter les embûches des voies sans issue, démasquer les fausses motivations qui, comme dans un bal masqué, camouflent d'autres désirs et enfin il nous faudra apprendre à surfer sur les vagues porteuses.

Quand nous identifions un désir, il est important de se poser la question de savoir qu'est-ce que nous désirons derrière ce désir.

Je désire cette superbe voiture de sport, mais que m'apporte-t-elle ?

Un sentiment de puissance qui me donne l'impression d'être en sécurité.

Et cette impression de sécurité que je désire tant, que m'apporte-t-elle ?

Un sentiment de sérénité, d'indépendance et de plénitude.

Et ce sentiment de sérénité, d'indépendance et de plénitude, que m'apporte-t-il ?

La possibilité enfin de me relaxer et de me détendre.

Et que m'apporte le fait de me relaxer et de me détendre ?

Je suis enfin disponible à l'instant présent et je peux le vivre dans toute sa poésie.

Et que m'apporte l'instant présent vécu dans toute sa poésie ?

Le sentiment d'être vivant et uni avec le processus de création qui anime le cosmos.

Ce sentiment d'être vivant et uni, que m'apporte-t-il ?

La chance de m'exprimer naturellement dans ma singularité et de me retrouver dans chacun de mes actes.

Et petit à petit, je découvre que la "voiture de sport" cachait des aspirations essentielles qui finalement peuvent être atteintes directement sans même prendre le détour compliqué de l'achat d'un objet bien embarrassant à l'usage.

Ainsi à travers des désirs triviaux, et qui apparaissent superficiels, s'expriment en fait des aspirations beaucoup plus profondes et importantes. Etre à l'écoute de ses désirs est dans ce sens là très important, non pas pour se précipiter dessus et les réaliser, mais

pour les décoder comme des messages secrets venus de notre inconscient qui nous donne sans cesse des pistes pour retrouver le chemin de l'essentiel.

Il ne s'agit plus là, ni d'être honteux dans l'inaction ni d'être compulsif dans l'action, mais de chevaucher le tigre de nos désirs pour en faire le moteur du retour à notre essence.

La conjugaison du projet et du détachement dans l'ascèse

C'est une problématique ancienne du tir à l'arc : il faut avoir conscience de la cible et même s'identifier à cette cible et en même temps lâcher prise et laisser le corps et l'esprit se détendre en agissant dans la plénitude de cette détente. Avoir un projet ne signifie pas se tétaniser dans une posture intenable. Avoir un projet signifie simplement avoir identifié ses priorités et donc pouvoir se détendre en sachant que, quoi qu'il arrive, on saura utiliser même les vents contraires pour avancer.

Il faut apprendre à se détacher d'autant plus que votre projet est clair dans votre esprit car ce projet est le projet du monde à travers vous et vous n'avez besoin que de laisser circuler l'énergie en vous et dans le monde.

Comment l'éclairage des trois vœux monastiques peuvent-ils nous aider à vivre plus pleinement ?

J'ai longuement médité sur les vœux monastiques car il me semblait qu'ils cachaient en eux une vérité profonde et universelle qui s'appliquait à chacun. Petit à petit j'y ai lu une vérité plus profonde que les apparences dogmatiques laissent à penser.

On peut y voir des règles de vie, qui dans le futur, peuvent servir de base à une éthique fondamentale permettant de libérer chacun du joug de ses illusions.

La pauvreté

Si vous voulez trouver votre génie, et le vivre pleinement, il est important de se dégager de tous ces faux désirs qui ne font que de vous agiter dans des pertes de temps sans fin. Trouver son génie, c'est se concentrer sur l'essentiel et pour cela il faut peler les couches superficielles de votre conscience comme s'il s'agissait d'un oignon dont vous aimeriez trouver le cœur.

Plus encore que des richesses matérielles, il faut être détaché des fausses représentations et des idées toutes faites qui sans cesse nous embarrassent de leur clinquant illusoire. Le plus difficile dans le vœu de pauvreté ne sont pas les richesses matérielles, mais la richesse mentale qui consiste en toutes ces idées dont nous sommes si fiers et qui pourtant nous empêchent de vivre simplement le dénuement sublime de l'instant présent.

La chasteté

L'important là n'est pas l'absence des émotions qui réveillent notre désir. Il ne s'agit pas d'ignorer nos désirs mais de découvrir et d'expérimenter à quel point notre conscience est indépendante de nos sentiments et de nos émotions. La chasteté, c'est expérimenter la virginité sans cesse renouvelée de notre conscience. C'est libérer notre conscience des chaînes sentimentales qui l'attachent illusoirement à des représentations virtuelles et temporaires.

L'obéissance

L'obéissance, c'est rester aligné sur l'essentiel et savoir qu'aucun pouvoir n'est plus grand que la voix intérieure qui dicte notre conscience. Il y a dans cette obéissance un droit de révolte permanent car il ne s'agit pas d'obéir aux représentations illusoires du pouvoir mais, au contraire, obéir à l'essence du pouvoir qui est nous.

La dynamique du sage et la diagonale du fou

La dynamique du sage et la diagonale du fou sont une manière de caractériser de grandes approches contraires de la vie.

Vous pouvez valoriser les autres et vous dévalorisez ou inversement, vous valorisez et dévalorisez les autres. A chacune de ces positions correspondent des logiques de dépendance et d'indépendance.

Vous pouvez aussi vous dévaloriser et dévaloriser les autres et vous êtes alors dans une logique globalement dépressive qui correspond à la position du "paillason" et de l'enfant irresponsable. Cette posture dans la vie correspond à la diagonale du fou.

Enfin, vous pouvez valoriser les autres et vous-même et vous êtes alors dans la logique de la dynamique du sage.

La dynamique du sage ne changera pas le monde en un jour, mais c'est elle qui est l'épine dorsale du monde et qui permet au monde de se développer malgré toutes les vicissitudes, les aléas et les faiblesses de chacun. Au cours de la vie, il est important que chacun reconnaisse à quel point il est unique, singulier et comment en cela il amène de sacré au monde. Apprendre à le reconnaître pour soi est le premier pas pour apprendre à le reconnaître chez les autres.

Douzième chapitre :

COMPLÉTER SA FORMATION DANS LE DOMAINE DU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Dans ce chapitre, j'aimerais donner quelques ouvertures qui vous permettront, si vous le souhaitez, de compléter votre formation dans le développement personnel. Bien évidemment, il ne s'agit pas de faire ici une encyclopédie ni de faire une liste exhaustive de toutes les approches qui existent. J'ai plutôt voulu vous donner quelques éléments de culture incontournables dans ce domaine et dont j'ai expérimenté dans ma propre démarche la valeur.

Sigmund Freud 1856-1939

Il est toujours passionnant de revenir aux origines et de découvrir et redécouvrir un des plus importants fondateurs de la psychologie en tant que science. Freud⁶ montre magistralement l'importance de l'inconscient et la manière dont cet inconscient interagit de manière cachée avec le conscient.

Freud montre comment le fait de conscientiser des contenus réprimés dans l'inconscient participe à la disparition de symptômes maladiés, à la guérison et à une meilleure cohérence de la personnalité.

Carl Gustav Jung 1875-1961

Carl Jung a été sans doute un des plus importants disciples de Freud et sûrement le plus célèbre. Leur relation n'a pas toujours été sans débats. Jung prend des positions très différentes de Freud sur un certain nombre de questions. Il introduit la notion d'inconscient collectif, d'archétypes et de synchronicité.

Au-delà d'une réflexion sur les contenus réprimés de l'inconscient, comme la sexualité, qui est un des sujets majeurs de l'approche freudienne, Carl Jung ouvre la psychologie aux questions de sens que l'on retrouve sous forme d'archétypes au cœur de toutes les grandes cultures de l'humanité.

Carl Rogers 1902-1987

Né à Chicago, Carl Rogers, a attaché son nom à la pratique de la « non-directivité ».

Carl Rogers est un psychologue qui apporte deux éléments qui me semblent particulièrement précieux.

Premièrement, il insistera beaucoup sur la nécessité de mieux valoriser positivement la psychologie et le travail psychologique de chacun sur soi en le démedicalisant et en montrant comment un travail psychologique est bénéfique à la construction d'une personnalité plus harmonieuse. Il est un des psychologues qui a le plus participé à faire évoluer la psychologie d'une logique de guérison à une logique d'épanouissement de la personne.

Deuxièmement, dans ses travaux, il montre très bien comment le thérapeute doit être centré sur le patient. Il montre comment l'amour inconditionnel et la suspension du jugement sont des facteurs clés pour laisser à l'autre l'espace d'un épanouissement dans sa propre logique. Le système de représentation et les outils d'analyse du thérapeute apparaissent alors moins importants que la capacité du thérapeute à créer un espace relationnel dans lequel le thérapeute est conscient de ses propres projections et permet à l'autre de trouver son chemin et d'inventer sa liberté et son autonomie.

À l'expression de « non-directivité », il préfère, la notion d'une thérapie « centrée sur le client », qui, bannissant l'approche strictement interprétative, valorise l'écoute confiante et la compréhension de type « empathique ».

L'influence de Rogers s'est étendue, surtout à la fin des années soixante, bien au-delà des États-Unis, notamment dans les domaines de la psychologie clinique et de la pédagogie. Ses ouvrages ont été largement diffusés, tels *Le Développement de la personne* (Paris, 1966 ; *On Becoming a Person*, 1961), et *Liberté pour apprendre* (Paris, 1971 ; *Freedom to Learn*, 1969).

L'analyse transactionnelle

Théorie de la personnalité et pratique thérapeutique permettant de rendre compte et de modifier les relations inter-individuelles, l'analyse transactionnelle (A.T.) fut développée par le psychiatre et psychanalyste américain Eric Berne (1910-1970), qui fut l'élève de Paul Federn et de Milton Erikcson. L'analyse transactionnelle gagna rapidement les milieux psychiatriques américains ; et, en 1980, l'International Transactional Analysis Association comptait plus de dix mille membres. L'implantation de ce modèle thérapeutique fut plus lente et plus limitée en Europe

Créée à la fin des années 50, l'analyse transactionnelle s'est d'abord développée dans le champ de la psychothérapie pour intéresser ensuite les conseillers, les formateurs, les enseignants, les éducateurs sociaux et les cadres d'entreprises.

L'apport majeur de l'analyse transactionnelle est d'avoir modélisé de manière très pertinente les différentes postures que l'on peut adopter face à la vie et d'avoir montré comment toute relation avec l'autre active implicitement telle ou telle posture.

L'analyse transactionnelle est un bon outil pour sortir du réflexe conditionné qui nous pousse à jouer le parent ou l'enfant et à rester ainsi dans le triangle infernal du bourreau, de la victime et du sauveur.

L'analyse transactionnelle modélise et nous fait mieux comprendre ce qu'est une position adulte et un véritable dialogue avec l'autre.

La programmation neurolinguistique "PNL" ou "NLP" en anglais

C'est à partir de l'analyse détaillée de la pratique d'un des psychologues les plus doués du vingtième siècle Erikson par deux spécialistes Richard Bandler et John Grinder⁷, que les concepts de la programmation neurolinguistique ont vu le jour.

La PNL permet de comprendre en profondeur comment on peut établir une communication efficace. Elle aide à modéliser les expériences de réussite et à ancrer en soi des réflexes positifs. Elle est très intéressante dans la mesure où elle ouvre la psychologie à des perspectives nouvelles en montrant comment on peut programmer et déprogrammer des comportements souhaitables ou nocifs. La PNL a souvent été utilisée dans le champ de l'entreprise et notamment de la formation des commerciaux afin de les aider à établir une communication positive et efficace avec leur client. Mais elle permet aussi d'aider tout un chacun à réaliser ses objectifs de manière élégante et efficace.

La pyramide de Maslow et l'approche par les valeurs selon Brian Hall

Le psychologue et sociologue humaniste Maslow a montré comment les centres d'intérêts des individus se déplaçaient à mesure que leurs aspirations étaient comblées. Ainsi apparaissent, dans l'ordre, les besoins physiologiques, de sécurité, d'affiliation, d'estime, et d'accomplissement de soi.

Un courant important de psychologie s'est construit autour de la réflexion sur les valeurs et comment ces valeurs évoluent durant la vie.

Clarifier les valeurs essentielles qui nous animent est une manière évidente de donner du sens à nos actions.

La conscientisation de valeurs qui sont souvent implicites est un facteur important de cohérence de l'individu.

Dans ce domaine, nous avons beaucoup apprécié le travail de Brian Hall.

Le "rebirth" ou la "respiration holotropique"

Afin de dénouer des blocages psychologiques, il faut souvent remonter jusqu'à l'expérience traumatique et la conscientiser en la revivant. Parfois cette mémoire est enfouie soit que l'expérience a été très traumatisante, soit que cette expérience remonte à un âge dont nous avons perdu la mémoire. Pour chacun d'entre nous, une expérience radicale a été celle de notre naissance. Remonter jusqu'à la conscience de notre petite enfance et même revivre sa naissance peuvent être des facteurs très positifs pour dénouer des blessures anciennes et récurrentes.

La technique du "Rebirth" facilite ce genre de processus de régression et peut permettre une conscientisation profonde de son histoire passée.

APPRENDRE

Apprendre c'est aussi lâcher prise
C'est sentir le vide
Accepter ce sentiment de perte
Comme une peau de serpent
Qui s'arrache pour mieux laisser éclore
Le nouvel être
Régénéré et recoloré
De ses talents enfouis.

CD

Conclusion

Une vie réussie est une vie où l'on a déployé tout son potentiel. On peut vieillir en devenant de plus en plus sage, heureux et généreux.

Le développement personnel n'est pas réservé à une élite mais est un devoir et un droit pour chacun.

Trouver son génie est difficile et ingrat au début et de plus en plus facile et fructueux à mesure que l'on avance.

Avec le temps et en confrontant différentes sortes de pratiques, de processus et de méthodes, je m'aperçois qu'il existe trois grands types de travail psychologique qui sont complémentaires.

Le travail sur le passé qui permet de conscientiser des traumatismes, des blessures et des nœuds psychologiques en les traversant et en apprenant à les transformer de plomb en or. Ce travail sur le passé est important et même très important mais ne doit pas être isolé des deux autres formes de travail psychologique qui lui sont complémentaires.

Le travail sur le futur consiste à apprendre à clarifier ses objectifs, définir ses priorités et planifier ce que l'on veut construire. C'est le travail sur le futur qui permet de développer ses capacités de visionnaire, de s'autonomiser et de réaliser son potentiel.

Le travail sur le présent consiste à apprendre à s'ouvrir à l'instant présent dans son altérité.

Chaque instant est une porte ouverte sur le mystère du monde. Chaque instant est un moment d'illumination et de conscience libre.

Malheureusement, nous avons du mal à vivre cet instant présent car nous sommes enfermés dans la douleur de nos traumatismes passés et dans l'anxiété du futur. Paradoxalement, on peut retrouver une qualité de vie dans le présent en travaillant sur son passé et sur son futur. Cependant il ne faut jamais oublier que le passé et le futur ne sont que des horizons de notre présent.

La qualité de notre disponibilité au monde, l'amour que nous pouvons apporter à chacun dépend de notre "présence" à l'instant présent.

Chacun de nous a enfoui au plus secret de lui-même un présent, un trésor, une valeur inestimable qui est le meilleur de ce que nous pouvons donner au monde car nous seuls sommes porteurs de cette valeur ajoutée. La rendre consciente, polir ses talents enfouis en nous, trouver des manières de les valoriser, voilà l'enjeu de notre vie.

Le soleil brille à travers les vitraux d'une église et chacune des images est unique et incomparable. Derrière chaque vitrail, il y a la lumière. Derrière la singularité de notre esprit, il y a la lumière de la conscience dans laquelle toutes les singularités communiquent.

De la même manière que travailler sur son passé et son futur rend paradoxalement plus disponible au présent, travailler sur sa singularité est une manière d'ouvrir sa conscience à l'universel. Comment comprendre en quoi nous sommes uniques si nous ne nous ouvrons pas aux autres et ne comprenons pas ce qui nous entoure ?

Approfondir notre singularité nous met en contact avec le processus de création universelle qui nous a donné notre différenciation. Ainsi ancrés dans notre singularité, nous communions avec la conscience universelle, l'espace et le temps se dissolvent, et nous pouvons expérimenter que notre essence est éternelle.

Notes

- 1 Michel Saloff Coste, *Le management du troisième millénaire*, Guy Trédaniel Editeur
- 2 Roger Carl R., *Le développement de la personne*, Dunod, 1968
- 3 Prod'homme Gilles , *Le développement personnel c'est quoi ?* , InterEdition
- 4 Robert Musil, *L'homme sans qualités*, Ed. de Poche, Tome 2, p. 518
- 5 Ferry Luc , *Qu'est ce qu'une vie réussie ?*, Grasset, 2002
- 6 Freud Sigmund *Le Rêve et son interprétation (Über den Traum, 1901)*, trad. H. Legros, rééd. Gallimard, 1969
- 7 Bandler Richard, Grinder John, *Les secrets de la communication, Les techniques de la PNL*, Traduction : Luc-Bernard Lalanne, ISBN 2890447200