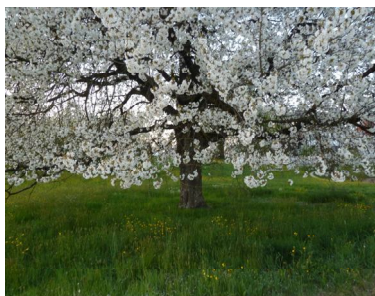




APPRENDRE AVEC ENTHOUSIASME ET CONVICTION

Vivre le processus créateur



1. Visualiser les objectifs

cela implique :

- Écouter sa voix intérieure
- Supporter le doute
- Accepter la difficulté
- Croire en l'impossible
- Vaincre la peur de faire des fautes
- Être prêt à prendre du recul

« Il faut toujours un coup de folie pour bâtir un destin ».
Youcenar

«Wo Aufmerksamkeit ist, da geschieht Lernen.»
Tim Gallwey



2. Prendre du recul

cela implique :

- Chercher la solitude
- Supporter la tranquillité
- Se centrer
- Se valoriser
- Ne pas vouloir plaire à tout le monde
- Être prêt à la réflexion du « devenir »

«La vie doit être une éducation incessante ; il faut tout apprendre, depuis parler jusqu'à mourir.»
Gustave Flaubert - Correspondance

«Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...»
Hermann Hesse



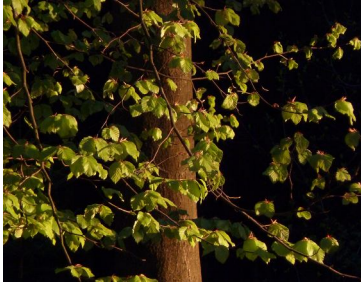
3. Réfléchir au « devenir »

cela implique :

- Analyser les faits pratiques
- Évaluer ses compétences
- Sélectionner ses modèles de références
- Définir les ressources à disposition
- Refuser la passivité et l'oisiveté
- Être prêt à sortir de son cadre de référence (connu)

«Deviens celui que tu es. Fais ce que toi seul peux faire.»
Nietzsche

«Lebe so, dass du sagen kannst: Die Vergangenheit ist Geschichte, die Zukunft ist ein Geheimnis, doch dieser Augenblick ist ein Geschenk.»
alte indische Weisheit



4. Sortir du cadre connu

cela implique :

- Agir de manière autonome
- Agir courageusement
- Refuser les alibis
- Ne pas se perdre dans les comparaisons
- Accepter d'être différent
- Sortir du rôle de victime
- Être prêt à fixer des objectifs ambitieux et les appliquer

« Il n'est pas indispensable de garder toujours le même point de vue ; personne ne peut nous empêcher de devenir plus intelligent. »

Konrad Adenauer

Um an den Ort zu gelangen wohin du möchtest, mußt du den Ort verlassen wo du gerade bist.

Antoinette Vonlanthen



5. Fixer des objectifs ambitieux

cela implique :

- Faire face aux résistances
- Faire face aux déceptions
- Créer de nouveaux rapports humains
- Affronter la peur
- Se protéger contre les distractions et les tentations
- Planifier et organiser
- Être prêt à découvrir la nouveauté

« Mieux vaut tomber de très haut que de voler comme un moineau ».

Dimitri T. Analis

«Das Beste was du für dich selbst und für die ganze Welt tun kannst, ist, das Beste aus dir selbst zu machen»

Rudolf Steiner



6. Découvrir la nouveauté

cela implique :

- Se libérer du connu
- Se confronter aux approches créatives
- Croire en son imagination
- Se faire confiance
- Accepter ses erreurs
- Être prêt à expérimenter

*Dis-moi, et j'oublierai. Apprends-moi, et je me souviendrai
Implique-moi, et j'apprendrai*

Benjamin Franklin

«Die Gedanken, die wir uns auswählen, sind die Werkzeuge, mit denen wir die Leinwand unseres Lebens anmalen. »

Louise L. Hay



7. Expérimenter son potentiel

cela implique :

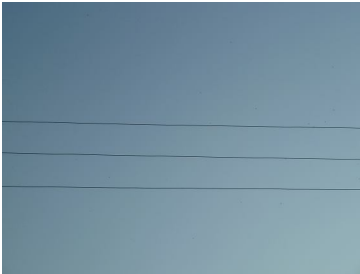
- Renoncer à la médiocrité
- Faire fructifier son savoir
- Accepter sa peur
- Recommencer
- Se dépasser
- Développer sa volonté
- Être prêt à persévérer

«Exposez-vous à vos peurs les plus profondes ; après cela, la peur ne pourra plus vous atteindre.»

Jim Morrison

«Das Außerordentliche geschieht nicht auf glattem gewöhnlichem Wege.»

Goethe



8. Persévérer

cela implique :

- Se fixer une ou plusieurs lignes directrices
- Revoir ce qui donne du sens
- Intégrer les connaissances acquises dans sa propre expérience
- Refuser et éviter l'arrogance, l'ignorance, la malhonnêteté, la méchanceté, la médiocrité, l'hypocrisie, la manipulation visant la déstabilisation
- Savoir se reposer et bien se nourrir
- Être prêt à se positionner

«Les deux secrets d'un succès : la qualité et la création.»

Bocuse

«Die Welt wird nicht bedroht von den Menschen, die böse sind sondern von denen, die das Böse zulassen.»

Einstein



9. Se positionner

face à des conditions d'incertitude

cela implique :

- Affronter ouvertement le ou les conflits
- Analyser et essayer de comprendre
- Transformer les difficultés constructivement
- Réfléchir aux retombées
- Mesurer les risques
- Prendre des décisions
- Compter sur ses amis et discuter avec eux
- Être prêt à mettre en valeur ses talents

«L'harmonie naît du choix des risques. La liberté ce n'est pas faire n'importe quoi mais choisir ses contraintes.»

Joël de Rosnay

«Wenn man zwei oder drei Menschen hat, aber was sage ich denn, wenn man nur einen einzigen Menschen hat, dem gegenüber man schwach, armselig und zerknirscht sein darf und der einem dafür nicht wehe tut, dann ist man reich.»
Milena Jesenská



10. Mettre en valeur ses talents *cela implique :*

- Exercer sa passion pour le plaisir et non pour l'argent
- Entretenir sa curiosité
- Être capable de se détacher de toute chose
- Oser entrer en contact avec des personnalités connues
- Défendre ses convictions
- S'exposer
- Pubier
- Être prêt à miser sur le résultat tout en pouvant accepter l'échec

«L'imagination est plus importante que la connaissance car la connaissance est limitée.»

«Phantasie ist wichtiger als Wissen, denn Wissen ist begrenzt.»
Einstein



11. Miser sur le résultat *cela implique :*

- Accepter le succès et la reconnaissance du public
- Ne pas succomber devant l'admiration des autres
- Savoir apprécier d'être « unique »
- Rester modeste
- Être conscient que rien n'est acquis *définitivement*
- Remercier à toutes les personnes qui nous adressent des compliments
- Saisir la chance du succès pour créer de nouvelles relations, de nouveaux objectifs

«Mon point fort, si j'en ai un, c'est la performance. J'en fais toujours plus que ce que je dis. Je produis toujours plus que ce que je promets.»
Richard Nixon

«Eine Erfolgsformel kann ich dir nicht geben; aber ich kann dir sagen, was zum Misserfolg führt: der Versuch jedem gerecht zu werden.»

Herbert Bayard Swope

©Auteur du texte, photographie, concept : Antoinette Vonlanthen, avril 2011