

Bonjour,

On croit à tort que la créativité est au service de nos envies esthétiques et c'est pourquoi souvent, nous la réduisons au seul champ artistique. Selon cette conception, seuls les "artistes" seraient des êtres créatifs et il n'y a rien de plus faux. Être créatif ne signifie pas seulement qu'on est capable de faire de beaux dessins (ou de créer une jolie musique...) et par ailleurs, tous les "artistes" ne sont pas forcément de bons créatifs.

C'est un point de vue que j'ai déjà développé dans la [newsletter n°97](#) et donc je ne vais pas m'étendre sur ce sujet ici.

Être créatif peut s'exprimer dans toutes les sphères de notre vie que ce soit pour trouver des solutions à nos problèmes financiers, pour améliorer nos conditions de vie ou encore pour changer de boulot.

Mais cet état d'esprit peut également servir à mettre un peu de magie, de beauté, d'émerveillement, de surprise dans notre quotidien routinier qui manque parfois d'un peu de peps (ou simplement de moments de respiration).

Il y a quelques années, j'ai créé un petit jeu pour mettre de la poésie dans mon quotidien. J'avais imaginé des petits pas de côté tout simples, sans aucune ambition de changer le reste, juste de colorer certaines de mes journées d'une note joyeuse. J'étais la seule à jouer et cela suffisait à mon bonheur.

Aujourd'hui, j'ai envie de partager ce petit jeu avec vous. Voici les instructions pour créer le vôtre :

Sur une grande feuille de papier, dessinez un grand tableau composé d'une quarantaine de cases carrées. A l'intérieur de chaque case, notez un petit pas de côté réalisable rapidement. Dans le mien, vous pouviez trouver : "Porte quelque chose de rose", "Arrête toi et ramasse une feuille, une fleur ou un petit caillou", "2 minutes de méditation supplémentaires", "Envoie un message à _____", "Ecoute ce morceau _____"....

Ensuite, découpez ces carrés et collez-les sur du carton fort (ou des petits jetons de bois - mes cases étaient rondes, j'avais scié une partie d'un manche à balai) et fourrez-le tout dans un petit pochon opaque. Le matin, quand vous en avez envie, tirez un jeton au hasard, mettez-le dans votre poche et dans la journée, faites ce qui est écrit.

Ce n'est qu'un exemple (sans doute un peu ridicule et vain) de ce que la créativité peut faire et je vous accorde que ce petit jeu n'est pas UTILE au sens où on l'entend d'habitude. Mais doit-on vraiment toujours faire des choses UTILES ? N'y a-t-il plus de place pour les enfantillages dans nos vies ?

Ce sera peut-être l'objet de la prochaine newsletter.

Mais avant de vous quitter, j'ai une question :

Et vous, comment exprimez-vous votre créativité dans votre vie quotidienne ?

Pour me répondre, c'est tout simple : utilisez le bouton "Répondre" de votre messagerie.

En attendant vendredi prochain, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie