

DYSSÉES

PAR LIVEMENTOR

L'ART DE LA MÉTAMORPHOSE

RENCONTRE AVEC
ANNE GHESQUIÈRE
FONDATRICE DU PODCAST
MÉTAMORPHOSE

***« Il faut se libérer
de nos carcans
pour aller vers
plus de liberté
intérieure. »***

TEST
DÉCOUVREZ VOTRE FORCE
ENTREPRENEURIALE
GRÂCE AUX 5 PORTES
DE **FABRICE MIDAL**

NATACHA BIRDS :
**« JE SUIS DE NATURE UN
PEU OBSESSIONNELLE, ET
JE NE SAIS PAS M'ENGAGER
À MOITIÉ ! »**

ENTREPRENEURS-PHOENIX :
ILS ONT TOUT PLAQUÉ
POUR MIEUX VOLER



Thomas souhaite se structurer et embaucher,

Mais il est restreint par sa micro-entreprise.

Bonne nouvelle,

Sobeez est spécialisé dans l'accompagnement des micro-entrepreneurs en croissance, qui souhaitent se transformer en société.

Choisissez la simplicité
dès **79€** /mois

Sobeez

L'expert comptable en ligne
qui garantit votre réussite
sobeez.fr

Édito

Lancer mon entreprise depuis un premier bureau minuscule situé dans une cave, et passer mes journées à coder. Croire au rêve américain et partir postuler à des incubateurs à New York, brûlant des économies bien maigres. Cinq années après la création de l'entreprise, abandonner les bureaux du moment, et mon studio, ne pouvant plus rien payer. Retrouver à 29 ans ma chambre d'enfant, et cohabiter avec ma mère pendant 6 mois. Ne rien lâcher. Passer pour la première fois à la télévision. M'associer à d'autres, se quitter, me réassocier et signer un nombre incalculable de papiers. Me transformer en formateur, en leveur de fonds, en recruteur, en communicant, et une bonne douzaine d'autres métiers.

Je n'ai connu qu'une seule entreprise de toute ma vie professionnelle, la mienne. Mais en 10 ans, celle-ci m'a permis de vivre un paquet de métamorphoses. Ces changements ont parfois été nourris par la peur de voir l'aventure s'arrêter (« vite, il faut que j'apprenne à lever des fonds, sinon nous ne passerons pas l'hiver ! »).

Au fil du temps, j'ai appris à considérer LiveMentor comme mon véhicule de développement personnel, plus efficace que n'importe quel livre, séminaire ou coach. Entrepreneurs, vous avez les commandes ! Et si vous choisissez la destination, rien ne vous empêche d'en changer en cours de route.

C'est bien l'aventure entrepreneuriale qui m'a permis de transcender mes angoisses adolescentes de choisir la « mauvaise voie », de finir ma vie avec des regrets. Je le sais désormais, ce qui compte pour moi, c'est d'établir un lien avec l'autre, pour accéder, *in fine*, à une infinité de vies différentes. C'est là que je m'accomplis, qu'il s'agisse d'accompagner un entrepreneur ou de lancer un magazine qui raconte des histoires qu'on ne lit pas ailleurs.

J'espère qu'après avoir lu ce nouveau numéro d'Odyssées, vous apprécierez toutes vos métamorphoses – elles sont déjà nombreuses, il suffit d'ouvrir les yeux ! – et ouvrirez vos bras aux prochaines. ☉

J'ai appris à considérer LiveMentor comme mon véhicule de développement personnel, plus efficace que n'importe quel livre, séminaire ou coach.



SOM- MAI -RE

06

AVANT-PROPOS

Ce numéro vous invite à la plus belle des odyssées, un voyage ininterrompu sur les flots de la vie. Oser la métamorphose, c'est dire non à la peur et à l'immobilisme, oui aux changements, sans jamais perdre la boussole de soi.

10

RENCONTRE AVEC ANNE GHESQUIÈRE

Elle est autrice, directrice de collection chez Eyrolles, et a fondé le podcast *Métamorphose*. Si les témoignages qu'elle a recueillis dépassent les 45 millions d'écoutes, Anne Ghesquière n'a rien perdu de sa simplicité, ni de sa chaleur humaine. Rencontre avec une entrepreneure résolument inspirante !



18

L'INÉVITABLE MÉTAMORPHOSE, OU L'ART DU DÉRAPAGE CONTRÔLÉ

Comment être soi-même tout en s'adaptant au monde qui nous entoure ? Comment rester cohérent avec ses désirs tout en étant capable d'évoluer ? Comment garder le contrôle de sa vie sans pour autant résister au changement ? Réussir à surfer sur la vague de la métamorphose, tout en préservant son identité, ça s'apprend !

22

GARDER EN TÊTE SES PREMIERS RÊVES

Il y a deux ans, Natacha Birds a ressenti le besoin d'opérer un tournant dans sa carrière. N'écoutant que son cœur, elle a choisi de se dévouer à son art. Elle nous raconte sa très belle transition professionnelle, guidée par son intuition.



L'ART DE LA MÉTAMORPHOSE

28

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR ENTREPRENDRE

Vous pensez être trop vieux ou trop vieille pour entreprendre ? Vous avez l'impression d'être en retard face aux autres entrepreneurs ? Vous êtes peut-être un *late bloomer* qui s'ignore ! Parce qu'il n'y a pas d'âge pour entreprendre, découvrez nos conseils pour réaliser votre projet à votre rythme.

32

LES 5 PORTES DES ENTREPRENEURS, L'OUTIL QUI PERMET D'ACCÉDER AU BONHEUR

Chez LiveMentor, nous sommes devenus des adeptes de l'approche innovante de Fabrice Midal. Nous avons donc proposé un pari fou à Fabrice : créer la première formation en ligne qui permet aux entrepreneurs de mieux se connaître !

34

TEST : QUELLE EST VOTRE PORTE ?

Cernez votre profil énergétique avec ses forces et ses faiblesses. Elles sont de véritables portes qui, une fois comprises et maîtrisées, vous mèneront vers l'épanouissement personnel et professionnel.

38

LES WACHOWSKI, DANS LA MATRICE DES TRANSFORMATIONS

Le monde les a découvertes en tant que Larry et Andy Wachowski, en 1998, lorsque le phénomène *Matrix* arrivait au cinéma. Aujourd'hui, après avoir fait leurs transitions, elles se nomment Lana et Lilly. Voici l'histoire des multiples métamorphoses qui jalonnent leurs vies comme leur œuvre.

42

LA PAROLE QUI TRANSFORME

Peut-on se métamorphoser grâce au choix de nos mots ? Oui : notre parole peut transcender le lot des banalités et nous permettre de mieux exprimer notre singularité.

44

QUE FERAIT DAVID BOWIE À MA PLACE ?

David Bowie est votre professeur de transformation ! Découvrez sa métamorphose continue et inspirante, au cœur de son exceptionnelle longévité dans l'industrie musicale. Adeptes de la réinvention, le chanteur nous donne des clés transposables à l'entrepreneuriat. Le changement n'a jamais autant swingué qu'avec une rock star !

48

ENTREPRENEURS-PHŒNIX : TOUT PLAQUER POUR MIEUX VOLER

Jessica, Agnès, Olivier, Natacha et Georgios ont quelque chose en commun : ils ont eu besoin de tout recommencer, et l'ont fait avec succès ! Pour *Odyssées*, ils racontent leurs parcours de reconversion.

53

REVUE DE PRESSE EXPRESS

Nous avons traqué les métamorphoses rapportées par la presse d'actualité. Il y aurait de quoi remplir *Odyssées*, mais nous avons préféré vous en sélectionner cinq.

54

MAYA ANGELOU, LA POÉTESSE QUI N'A PAS PEUR DE CHANGER DE VIE

Le changement vous effraie ? Découvrez le parcours de Maya Angelou, poétesse et romancière qui n'a cessé de se réinventer au cours de ses mille et une vies. Un destin romanesque, marqué par le courage d'être soi et de surmonter les épreuves de l'entrepreneuriat.

58

ORFEO L'ASTICOT

Dur dur de s'épanouir quand on est une larve d'insecte volant parmi les vers de terre. Tout poète qu'il soit, Orfeo va devoir passer par plusieurs transformations professionnelles avant de trouver finalement sa place dans l'écosystème !

64

NOS RECOMMANDATIONS

Chaque membre de la rédaction vous a préparé sa recommandation culturelle autour de la métamorphose !

AVANT-PROPOS

PAR SOPHIE LAURENCEAU
ILLUSTRATION DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

**L'art
de la**

méta mor phose



**CE NUMÉRO VOUS INVITE À LA PLUS BELLE DES ODYSSÉES,
UN VOYAGE ININTERROMPU SUR LES FLOTS DE LA VIE.
OSER LA MÉTAMORPHOSE, C'EST DIRE NON À LA PEUR ET
À L'IMMOBILISME, OUI AUX CHANGEMENTS, SANS JAMAIS
PERDRE LA BOUSSOLE DE SOI.**

Transformation, mutation, évolution, et même, révolution. Je laisserai Mathias vous dévoiler dans les pages qui suivent, bien mieux que je ne pourrais le faire, les racines, la richesse et la complexité de la notion de métamorphose. Elle nous invite, je le cite, à « continuer de progresser au milieu du tumulte, travailler sa marque, creuser son sillon, pour créer une forme de constance dans l'impermanence ».

Cela vous paraît conceptuel ? C'est pourtant très terre à terre. Si la vie est mouvement, si nos humeurs et nos envies changent, notre travail et notre façon de le concevoir et de l'exercer doivent évoluer aussi. La métamorphose n'est pas un simple caprice des dieux, eux qui transformèrent Daphné en laurier. Elle est parfois, pour nous qui ne voulons pas perdre notre vie à la gagner, une question de survie.

Lisez le chaleureux entretien que nous a accordé Natacha Birds, par exemple. Elle représentait, en quelque sorte, un modèle de réussite entrepreneuriale, ce qui aurait pu l'inciter à ne rien changer. Elle a pourtant changé de cap, et ne peut aujourd'hui que se féliciter de l'avoir fait « avant de craquer ». Ces femmes-fleurs qu'elle peint désormais ne sont-elles pas un merveilleux symbole des transformations que nous portons en nous, à condition de les rêver suffisamment fort ?

Cette nécessaire métamorphose, certains en font même un art de vivre. Prenez David Bowie, cet explorateur de sa propre complexité, en qui Josiane voit un véritable professeur de transformation. Ou bien Maya Angelou, qui fut tour à tour – et parfois en même temps – conductrice de tram, entraîneuse, poétesse et conseillère de Martin Luther King. Ou encore les sœurs Wachowski, les scénaristes de *Matrix* qui, à travers leur trilogie initiale, proposent un plaidoyer en faveur du choix d'être qui l'on veut.

Cultiver la métamorphose, c'est accompagner le mouvement du monde sans idée préconçue, mais en sachant comment on veut y contribuer.

Sans vous dévoiler l'ensemble du magazine, je voudrais aussi citer toutes ces personnes comme vous et moi qui, un jour (ou plusieurs), ont décidé de changer de voie. À la rédaction d'*Odyssées*, on admire Jessica, qui a enlevé sa robe d'avocate pour créer ses propres robes. On aime Agnès, qui a délaissé le champ de la médiation sociale pour cultiver celui des plantes qui font du bien au corps et à l'esprit. On se réjouit pour Natacha, Georgios et Olivier, qui nous racontent leur parcours, mais aussi pour tous les lecteurs de ce magazine qui, comme eux, ont entrepris de tourner une page de leur vie. Sans oublier Orfeo, l'asticot qui se rêvait volant, qui a éclos dans l'imagination débordante de notre fidèle Ian.

Il ne s'agit pourtant pas de s'endormir chrysalide et de se réveiller papillon. Comme l'explique très bien Anne Ghesquière, l'invitée de notre grand entretien qui a fait de la métamorphose le titre de son podcast à succès, il s'agit avant tout d'un mouvement de questionnement permanent qui permet d'évoluer avec et dans le monde. Anne en sait quelque chose, elle qui a été actrice de l'essor des nouvelles technologies il y a plus de vingt ans, et qui a parcouru la planète avant de créer le média *FemininBio*.

Cultiver la métamorphose, c'est accompagner le mouvement du monde sans idée préconçue, mais en sachant comment on veut y contribuer. La métamorphose n'a pas forcément besoin d'être brutale, tranchante, pour que sa magie opère. Elle peut aussi se faire en douceur, se pratiquer sur un temps long, parfois même sans changer de métier ; simplement en le regardant autrement, en acceptant d'aller au-delà de son champ de vision traditionnel et rassurant.

La métamorphose n'est-elle pas, au fond, le meilleur moyen d'être soi ? Ou, comme dirait Mathias, un excellent révélateur de nous-même ? Encore faut-il trouver sa propre voie. Sur ce point, je ne peux que vous recommander de faire le test de notre boîte à outils. Il est extrait du livre *Les 5 portes*, du philosophe et auteur Fabrice Midal. Nous avons décidé de vous le proposer, non seulement parce qu'il nous semble tout à fait adapté à quiconque cherche à comprendre son propre système interne, mais aussi parce qu'il constitue un outil plébiscité par les membres de la communauté LiveMentor.

Vous l'aurez compris, ce numéro d'*Odyssées* est une ode au changement. Au fond, c'est ne pas changer qui est dangereux. D'ailleurs, je peux bien vous l'avouer, *Odyssées* est quelque part l'outil de ma métamorphose personnelle. Depuis que nous nous fréquentons intimement, lui et moi, je me vois avancer autrement, plus sereinement. Puisse-t-il en être de même pour chacune et chacun d'entre vous. ☺



VOUS RÊVEZ DE LANCER UN PROJET UTILE ?

DE VIVRE D'UNE ACTIVITÉ QUI VOUS PASSIONNE ?

DE GÉRER VOTRE TEMPS COMME VOUS L'ENTENDEZ ?

DE CHOISIR VOS CLIENTS ?

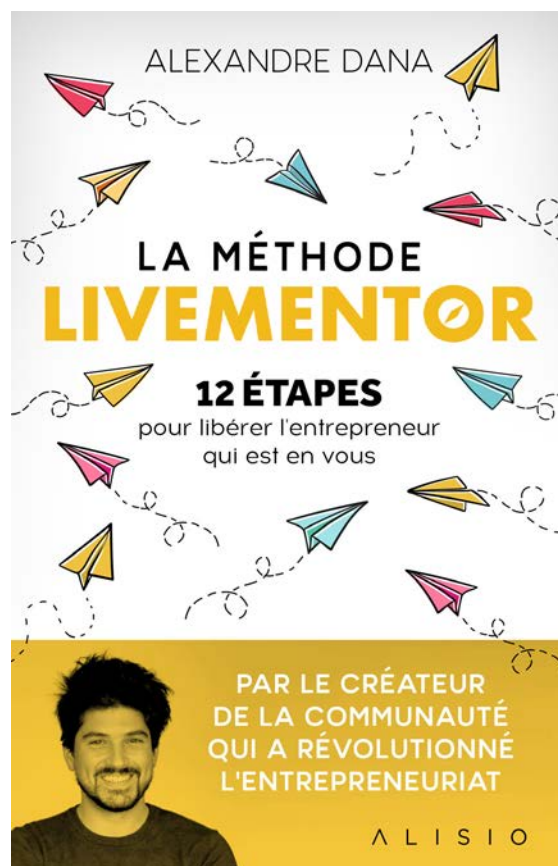
D'ÉVOLUER ET D'APPRENDRE SANS CESSER ?

CE LIVRE VA VOUS PERMETTRE DE RÉVEILLER L'ENTREPRENEUR QUI EST EN VOUS !

12 étapes-clés pour construire pas à pas le projet qui vous ressemble avec, pour chaque étape :

- Un récit qui met en lumière un blocage courant : obstacles, doutes, peurs, croyances limitantes, etc.
- Un « coaching » façon LiveMentor : des clés, des exercices et des conseils pratiques pour débloquer la situation et pouvoir passer à l'étape suivante.

Un guide indispensable pensé par un entrepreneur pour les entrepreneurs, les freelances, les artisans et tous ceux qui rêvent de se réaliser en devenant indépendants !



Alexandre Dana est le fondateur et CEO de LiveMentor, la première communauté en ligne pour entrepreneurs en France. LiveMentor a déjà accompagné 6 000 entrepreneurs, et compte aujourd'hui 200 000 abonnés à sa newsletter.

Disponible :



amazon



Et aussi sur le site www.livre-livementor.com

GRAND ENTRETIEN

PROPOS RECUEILLIS PAR SOPHIE LAURENCEAU
PHOTOGRAPHIES YLENIA CUELLAR

« Nous sommes constamment dans un processus de métamorphose. »

RENCONTRE AVEC
ANNE GHESQUIÈRE



ELLE EST AUTRICE, DIRECTRICE DE COLLECTION CHEZ EYROLLES, ET A FONDÉ LE PODCAST MÉTAMORPHOSE. SI LES TÉMOIGNAGES QU'ELLE A RECUEILLIS DÉPASSENT LES 45 MILLIONS D'ÉCOUTES, ANNE GHESQUIÈRE N'A RIEN PERDU DE SA SIMPLICITÉ, NI DE SA CHALEUR HUMAINE. RENCONTRE AVEC UNE ENTREPRENEURE RÉSOLUMENT INSPIRANTE !

Lorsqu'elle était en sixième, Anne Ghesquière rêvait de devenir détective ou journaliste. Aujourd'hui, elle ne s'est pas complètement éloignée de ses rêves d'enfant. Si elle donne la parole à ses invités et retransmet leurs précieux savoirs (une passeuse d'informations, pour reprendre ses mots), Anne a toujours eu à cœur d'inspirer les gens à travers des contenus résolument positifs.

Anne Ghesquière est la fondatrice de *Métamorphose*, le podcast qui éveille la conscience, l'un des plus écoutés en France et qui vient d'être primé par Innov'Audio. Depuis son lancement en 2019, les invités de marque (Bernard Werber, Christophe André, Perla Servan-Schreiber, Etienne Klein, Laurent Gounelle, Jessie Inchauspé, ou encore Frédéric Lenoir, pour n'en citer que quelques-uns) se succèdent pour partager des expériences qui permettent aux auditeurs d'éveiller leur conscience, et de mieux se connaître.

Pour être tout à fait honnête, ce numéro d'*Odyssées* s'est largement inspiré du travail d'Anne Ghesquière. Qui d'autre qu'elle pour nous parler de l'importance, mais aussi de la complexité de la métamorphose ? Discrète sur son parcours, Anne a accepté de nous en dire plus sur le chemin qui l'a menée jusqu'à son studio d'enregistrement.

C'est comme cheffe de produit internet chez Vivendi qu'Anne a commencé sa carrière. Diplômée d'une école de commerce et en droit des affaires, elle a tout juste 27 ans quand elle est nommée directrice marketing France d'un autre projet du même groupe, Books Online (BOL) – l'une des premières librairies en ligne en Europe. « *C'était grisant d'avoir un tel poste, parce que personne ne connaissait bien ces sujets à l'époque. J'avais fait un mémoire sur les droits d'auteur sur internet en 1996, ça m'avait mis le pied à l'étrier.* » Quelques années plus tard, elle démissionne pour monter avec un collègue « LeSpot », une startup d'achats groupés. « *On pensait avoir l'idée du siècle. On a levé 2 millions d'euros, embauché du personnel... Sauf qu'il y a huit sites d'achats groupés qui se sont lancés en même temps sur le marché français !* », se souvient-elle.

L'entreprise sera finalement revendue et absorbée par l'une de ses concurrentes.

Elle décide alors de proposer ses services de conseil en marketing digital, et part s'installer avec son mari à Barcelone. S'ensuit une longue période de voyages, qui a marqué un tournant dans sa vie professionnelle : « *En parcourant l'Inde, le Sri Lanka, la Nouvelle-Zélande, les îles du Pacifique, la côte ouest canadienne, et d'autres endroits très sauvages, j'ai pris conscience de l'état de la planète. Je me suis rendu compte à quel point nous abîmions la nature. J'ai aussi perçu que nous nous étions déconnectés de nos racines profondes. En Europe, au début des années 2000, on était encore dans le "tout chimique". Si tu disais que tu mangeais bio, tu pouvais rapidement être étiqueté comme sectaire !* »


Ces peuples qui ont un lien extrêmement fort avec le vivant, les animaux ou les plantes qui soignent, la font s'interroger sur les pseudo-produits dits « naturels », vendus en France. « *J'ai creusé un peu ce sujet, et décidé d'écrire mon premier livre, Le Guide des cosmétiques bio, avec une amie que j'avais rencontrée chez Vivendi.* » Le livre est un succès, il devient rapidement un outil de référence. Anne continue alors à explorer ce nouvel univers qui s'ouvre à elle, et souhaite étendre son spectre bien au-delà des cosmétiques bio : « *C'est un mode de vie holistique et sain que j'avais envie de partager : l'alimentation, la façon de se soigner, etc. Entre-temps, j'ai eu ma première fille, et je me suis posé la question de ce que j'avais envie de lui offrir comme monde.* » En poursuivant ses recherches, elle s'aperçoit que la thématique est très peu documentée : « *Il manquait un média de référence sur le sujet. Je me suis dit, et si je le créais ? J'avais ce projet de journalisme de la petite fille de sixième qui devait être enfoui quelque part. Et puis, j'avais monté l'association photo-journal de mon école de commerce. Ça faisait des années que je compilais de l'information sur un mode de vie sain. Pourquoi ne pas la partager au plus grand nombre ?* »

C'est ainsi qu'est né, en 2007, FemininBio : un média qui prône un mode de vie sain, positif et durable.


En voyageant, j'ai pris conscience de l'état de la planète. Je me suis rendu compte à quel point nous abîmions la nature. J'ai aussi perçu que nous nous étions déconnectés de nos racines profondes.

Vous vous en doutez, l'histoire professionnelle d'Anne ne s'arrête pas là. Partez à la rencontre d'une entrepreneure à l'énergie contagieuse, qui maîtrise à la perfection l'art de la métamorphose.

L'aventure FemininBio a duré une quinzaine d'années. Tu as revendu l'intégralité de tes parts il y a un an. Ça n'a pas été trop dur de voir partir ton « bébé » ?

 J'avais besoin de passer à autre chose, de couper le cordon. À un moment donné, un peu comme pour les enfants, il est important de laisser grandir les projets pour qu'ils puissent vivre leur vie. Parallèlement à ça, j'avais publié pas mal de livres en tant que directrice d'ouvrages chez Eyrolles sur ces sujets. Je sentais que j'étais arrivée au bout de cette aventure, j'avais évolué personnellement.


Te souviens-tu d'un événement fondateur, qui aurait opéré de grands changements en toi ?

 Je crois que nous sommes toute notre vie, et perpétuellement, en métamorphose ! J'ai eu une adolescence assez rebelle. Mais d'un point de vue spirituel, l'événement fondateur, c'est probablement lorsqu'une amie, alors âgée de 22

ans, est entrée dans les ordres. C'était quelqu'un dont j'étais extrêmement proche, et son choix de vie – devenir bonne sœur dominicaine – à cet âge-là, m'a énormément interrogée. Je me suis demandé : « Est-ce que moi aussi, qui suis croyante, j'entends un appel de Dieu ? Est-ce qu'il m'appelle à une vocation particulière, quelle qu'elle soit ? » J'ai alors passé du temps dans des monastères, pour discerner ce à quoi j'étais destinée.

J'avais des amies qui travaillaient dans l'humanitaire, et j'admirais leur engagement. Bosser dans des startups, c'était très stimulant intellectuellement, d'autant plus que nous étions des pionniers dans notre secteur. J'y ai trouvé du sens parce que c'était novateur. J'aime les visionnaires. Mais en même temps, je me disais : « Suis-je utile au monde ? Suis-je utile à moi-même ? » Quand j'ai écrit *Le Guide des cosmétiques bio*, puis lancé le média FemininBio, j'ai commencé à me sentir à ma place : j'étais en train de réconcilier mon métier dans le digital avec le fait de donner une information qui semblait avoir du sens pour le monde.


Tu as raconté une expérience particulièrement marquante, un jour dans un train. Est-ce que tu peux nous en dire plus sur cet événement ?

 Je partais vivre aux États-Unis en 2012 avec mon mari et mes trois enfants, nous étions en plein déménagement. Ça faisait des années que je voulais interviewer Jean-Luc Bartoli, un guérisseur assez incroyable et très réputé, qui travaillait avec des hôpitaux auprès de brûlés notamment. Ce mélange entre la médecine conventionnelle et traditionnelle avait piqué ma curiosité.

J'avais pris rendez-vous pour l'interviewer, et je devais pour cela me rendre à Saint-Brieuc, faire l'aller-retour dans la journée. Un échange d'une heure qui, compte tenu de mon emploi du temps, n'était vraiment pas raisonnable... Mais quelque chose en moi me disait : « Fais-le. » Dans le train, alors que j'avais une montagne de boulot, je me revois fermer mon ordinateur, prendre mon

petit carnet de notes et commencer à noter des phrases qui jaillissaient de moi – comme en écriture automatique ou intuitive, peu importe le nom qu'on donne à ce processus. La rencontre avec ce guérisseur breton a été évidemment très forte, et m'a confirmé qu'il fallait œuvrer dans cette voie : partager davantage ma vie intérieure au monde extérieur.


Ces écrits, qu'est-ce que tu en as fait ?

 J'ai remis un peu ces phrases en ordre, et j'en ai parlé à mon editrice chez Eyrolles qui m'a tout de suite dit que l'idée lui plaisait. Nous avons décidé d'en faire un coffret de cartes, qui s'est appelé, justement, *Métamorphose : 84 cartes pour déployer vos ailes et libérer votre potentiel*.

La perspective de cette rencontre avec Jean-Louis Bartoli a provoqué quelque chose en moi. J'avais une vie spirituelle, et je me sentais très en lien avec le divin d'une manière générale. Mais c'était un peu difficile pour moi de l'exprimer. Ce premier coffret, j'ai souvent dit que c'était mon *coming-out spirituel*. Il m'a permis de dire : je me suis mise au service du vivant à travers un média engagé ou des livres parce que j'ai aussi cette reliance profonde au Tout.

En 2019, tu as lancé le podcast *Métamorphose*.


Comment t'est venue cette idée ?

 En 2018, je suis tombée sur un article dans un magazine qui disait que les podcasts revenaient en force. Moi, j'ai toujours aimé la radio : ce côté vibrant, chaleureux de la voix dans l'instant, dans la relation à l'autre ; et en même temps un peu planqué(e) derrière ton micro. Le média audio a quelque chose de très intimiste qui correspond bien à ma nature extravertie, mais avec cette part intérieure sauvage. Alexandre Dana m'a dit un jour qu'il voyait en *Métamorphose* (le podcast) un confessionnal. C'est vrai qu'il y a un peu de ça ! Dans cette petite cabine du studio, il se passe des choses. On entre dans une forme d'état de conscience modifiée, dans un espace à part, un peu comme lorsqu'on est chez un psy.




Bosser dans des startups, c'était très stimulant intellectuellement, d'autant plus que nous étions des pionniers dans notre secteur. Mais en même temps, je me disais : « Suis-je utile au monde ? Suis-je utile à moi-même ? »

Que t'inspire le mot « métamorphose » ?


 La métamorphose, pour moi, c'est ce processus évolutionnaire qui se déroule perpétuellement. J'aime beaucoup l'idée qu'on est pris dans le *flow* et l'expansion du Big Bang, et qu'il y a en nous ce mouvement vibratoire qui nous place dans un processus d'évolution. Ce déploiement fait œuvre de métamorphose. Les saisons, la nature, le bébé dans le ventre de sa maman, tout est cycle de métamorphose. Ce qui m'intéresse, à travers le podcast, c'est de se placer dans ce processus évolutif, à la fois organique, culturel et émotionnel, pour le questionner et l'accompagner.

Tu as rencontré de nombreuses personnalités pour ton podcast. Est-ce que tu pourrais m'en évoquer une dont le passage t'a marquée ?


 C'est très difficile de n'en choisir qu'une, parce qu'il y a beaucoup de gens que j'aime énormément dans ce podcast... Nous avons plus de 500 contenus ! La parole de Denis Marquet, écrivain, philosophe et thérapeute, me touche énormément. C'est un ressenti très personnel, j'essaie d'être très œcuménique dans *Métamorphose*. Bien sûr, j'ai aussi adoré l'épisode avec Alexandre Dana, nous nous ressemblons beaucoup !

Ce qui est très important pour moi, c'est de proposer une biodiversité de la parole. Parce que toute monoculture est nocive, aboutit à l'extinction et favorise les extrêmes, que ce soit pour l'environnement ou pour l'humain. Se reconnaître dans nos différences, et reconnaître tout ce qui est différent dans le vivant au sens large, est extrêmement important à mon sens. Le podcast *Métamorphose* propose à ses auditeurs une palette de voies d'exploration, et chacun y piochera ce qui lui convient.


As-tu été marquée par certains outils thérapeutiques, lors de tes entretiens ?

 Pas forcément lors des entretiens, mais plutôt dans mon exploration personnelle. Les pratiques autour du souffle me plaisent particulièrement car je suis enseignante de Wutao, un art corporel contemporain qui «éveille l'âme du corps». Je pense aussi que nous avons beaucoup à apprendre des sujets liés au transgénérationnel, et des thérapies qui permettent de se libérer de nos traumatismes, de comprendre nos blessures, pour ensuite les déprogrammer corporellement, émotionnellement – et pouvoir passer à autre chose.

Tu penses à l'approche de Natacha Calestrémé ?

 Par exemple, ou celle de Céline Tadiotto, qui a beaucoup travaillé sur la psychogénéalogie, qui est désormais enseignée aux États-Unis dans les universités de psychologie. Des chercheurs de l'université de Harvard ont même montré l'impact du vécu transgénérationnel sur l'ADN. Plus généralement, c'est l'ensemble de notre rapport à soi et au monde qu'il nous faut comprendre. Carl Gustav Jung parlait de processus d'individuation (le développement d'une personnalité qui ne soit ni bloquée par un masque social, ni par des pensées inconscientes, ndlr). Je crois que le podcast permet d'accompagner les gens vers ce processus d'individuation. En réalité, c'est ça la métamorphose : comprendre comment se libérer de nos carcans pour aller vers un processus de liberté intérieure – même si l'on demeure perpétuellement en chemin, en tant qu'être humain.

Que conseilles-tu pour aller vers une meilleure connaissance de soi ?

 Ce que je constate, c'est qu'on ne peut pas dissocier l'âme du corps et de l'esprit. On est vraiment un tout. Ce que je trouve toujours intéressant, c'est de faire un travail thérapeutique sur les trois niveaux à la fois. En choisissant soigneusement ses accompagnants.


Je pense que pour des approches plus spirituelles, il faut aussi avoir une approche psychocorporelle. Se concentrer uniquement sur la psyché peut provoquer des formes de dissociation chez des gens qui ne sont pas bien ancrés.

Certaines évolutions peuvent être extrêmement rapides, tandis que certains processus sont beaucoup plus longs. Je pense qu'il faut être à l'écoute de notre propre rythme.

Un travail collectif peut être vraiment intéressant, à condition, bien sûr, de trouver un groupe sérieux. Il faut quand même faire le ménage dans le développement personnel, où l'on trouve « à boire et à manger ». Si certaines personnes savent qu'elles ont des formes de fragilité, elles doivent faire attention à bien entrer dans des groupes où il y a de la supervision, où les gens sont formés à la psychologie.

Nombreux sont les outils pour éveiller la conscience et la connaissance de soi ; ils sont pertinents à condition de ne pas s'enfermer avec eux.


En plus de tout le reste, tu es directrice de collection aux éditions Eyrolles. Comment en es-tu arrivée là ?

 Il y a une quinzaine d'années, une éditrice d'Eyrolles, Juliette, est venue me chercher en me disant « J'adore FémininBio, et j'aimerais bien qu'on fasse une collection ensemble. » Ça a commencé comme ça. Soit j'ai un sujet qui me semble porteur, et je cherche un spécialiste qui serait intéressé pour l'écrire ; soit je reçois par mon réseau un manuscrit intéressant, ou bien je fais une rencontre dans mon

métier, et je me dis que ce serait important que son sujet soit porté à la connaissance du public.

Ensuite, il y a tout un travail d'accompagnement de l'auteur, pour trouver le bon angle éditorial, le plan, le rythme du livre. J'aime énormément ce métier.


Je ne peux pas m'empêcher de me demander... Comment fais-tu pour mener en même temps tous ces projets, tes enfants, ta carrière professionnelle ?

 Je ne regarde jamais la télé, je vais assez peu au cinéma – et ça, je le regrette parce que j'adore le cinéma, mais j'habite en montagne, donc c'est moins accessible. Mais je crois aussi que j'ai beaucoup d'énergie. Et même si je ne suis pas très organisée, comme j'envoie beaucoup d'énergie dans ce que je fais, les choses se déroulent assez naturellement.

Je n'ai jamais été une planificatrice. Je ne suis pas quelqu'un qui a une vision de sa vie ou de sa carrière, à cinq ou dix ans. Ça ne me parle absolument pas. Les visions que je porte sont des visions intérieures. Et par moment, je sens qu'il y a un truc, que c'est ça qu'il faut faire. Je fonctionne à l'instinct, tout le temps.

C'est à la fois génial d'être comme ça, parce que tu restes ouvert aux opportunités, tu vas dans le sens du courant, tu chopes des idées qui sont « dans l'air du temps ». Le problème, c'est que c'est beaucoup plus difficile à structurer quand tu as des équipes. Pour les autres, ça peut être parfois difficile à suivre ! Nous sommes 10 à travailler sur le podcast *Métamorphose*, ce qui est encore une petite équipe. Il y a un mot que j'adore, qui est le mot *chaordique* : une forme d'ordre dans le chaos. Même s'il n'est pas organisé par le mental, le chaos est organisé par le vivant. On retrouve ce fameux *flow* décrit dans le processus de la métamorphose !


Quand tu avais des enfants en bas âge, le chaordisme avait sans doute ses limites. Comment as-tu fait pour tenir le cap ?

 J'ai été bien aidée ! Ma nounou était presque devenue ma meilleure copine. Je savais qu'elle allait être un substitut maternel, alors je voulais qu'on partage les mêmes idées sur l'alimentation, sur la façon d'élever des enfants, les valeurs, la pédagogie bienveillante, etc. J'ai vraiment apporté le plus grand soin lors de ce recrutement.

À l'époque où mes filles étaient petites, j'avais mis les locaux de FemininBio juste en face de chez moi. Comme ça, je n'avais qu'à traverser la rue pour rentrer à la maison pour déjeuner, voir mes enfants, et même les allaiter. Je suis très mère louve et c'est vrai qu'être loin de mes enfants, c'est toujours un peu compliqué pour moi. Quand je suis invitée à des stages, des conférences, je dis souvent non, parce que ma priorité c'est de passer du temps avec eux.

Ce qui m'a aidée et m'aide encore à m'aligner et à me relier à la nature, c'est aussi de faire du sport en extérieur – entre une demi-heure et une heure par jour – ou des pratiques de bien-être, et de ne pas y déroger.

À travers FemininBio, tu souhaitais développer une énergie qui était « belle, joyeuse et positive ».
Finalement, on retrouve un peu la même énergie dans le podcast *Métamorphose*. Est-ce que c'est ta positivité qui nourrit ta capacité à évoluer ?

 C'est vrai que j'ai tendance à voir le verre à moitié plein. Mon objectif, c'est de montrer tout ce qu'il y a de beau dans le vivant et dans ce monde, et les ressources que nous avons à l'intérieur de nous pour créer, plutôt que détruire. Je n'ai pas envie de me battre « contre », j'ai plutôt envie d'aller « avec ». Mais attention, je n'échappe pas non plus à ma part d'ombre !

Penses-tu avoir trouvé ce que certains appellent « la mission de vie » ?

Je parle rarement de mission de vie, parce que je trouve ce terme très culpabilisant. Je parlerais plus facilement de vocation, par rapport à nos talents, au sens large. « Qu'as-tu fait de tes talents ? » est une question qui m'anime.

Je pense que parmi mes talents, il y a le fait que les gens se sentent en confiance avec moi. Ils se confient facilement parce que je leur inspire quelque chose de rassurant, ils savent que je suis la gardienne de leur parole, qu'elle n'est pas mise en danger. C'est vraiment agréable à ressentir. En ce sens-là, je parle souvent d'un art de la maïeutique : l'art d'accoucher de la parole de l'autre, et ça me porte beaucoup. ☺

DEUX LIVRES ANNONCÉS

*La Fée qui ouvrait les cœurs**, Eyrolles, mars 2023. Un conte initiatique et philosophique illustré par Izumi Idoïa.
Prix : 18 €



*Mes remèdes phyto**, Eyrolles, avril 2023. Ce livre est la synthèse de la série culte de *Métamorphose* avec le docteur Jean-Christophe Charrié.
Prix : 21,90 €

*Couvertures provisoires



L'INÉVITABLE MÉTAMORPHOSE

OU L'ART DU
DÉRAPAGE
CONTRÔLÉ



DANS LE VIF

PAR **MATHIAS SAVARY**
ILLUSTRATIONS DE
LUCIE BARTHE-DEJEAN

COMMENT ÊTRE SOI-MÊME TOUT EN S'ADAPTANT AU MONDE QUI NOUS ENTOURE ? COMMENT RESTER COHÉRENT AVEC SES DÉSIRS TOUT EN ÉTANT CAPABLE D'ÉVOLUER ? COMMENT GARDER LE CONTRÔLE DE SA VIE SANS POUR AUTANT RÉSISTER AU CHANGEMENT ? RÉUSSIR À SURFER SUR LA VAGUE DU CHANGEMENT, TOUT EN PRÉSERVANT SON IDENTITÉ, ÇA S'APPREND !

La métamorphose est inéluctable, omniprésente. Elle désigne, en grec ancien, le changement de forme. Celui-ci peut être tel que le sujet métamorphosé en devient méconnaissable. Si devenir un étranger à soi-même et pour les autres peut s'avérer terrifiant, c'est pourtant une condition « non négociable » de notre existence.

Notre corps se modifie sans cesse, et le monde se transforme en permanence. Il n'y a pas d'univers statique, tel que l'imaginaient les Grecs de l'Antiquité. Même les étoiles meurent ! Comme disait le penseur Héraclite : « On ne se baigne jamais deux fois dans le même fleuve. »

Nous sommes entraînés par le flot changeant de la vie, et bien souvent, cela nous perturbe. Pour contrer cette angoisse, nous avons besoin de points de repère, d'éléments stables et récurrents, qui nous donnent l'impression de « garder le contrôle » de notre existence. L'être humain aspire au repos, à quelque chose de calme et de figé, comme une belle carte postale, l'éternité des contes ou la paix du Paradis. Pourtant, c'est bien le tourbillon protéiforme de l'existence qui semble être le propre de la vie

terrestre. Notre quête de stabilité et d'harmonie serait-elle vouée à l'échec ?

Le jouet des dieux

Au commencement, la métamorphose était un pouvoir divin. Et les dieux olympiens en usaient selon leur bon vouloir – ce qui arrivait assez souvent, étant donné leur nature capricieuse. Ils transformaient à volonté les hommes et les femmes en animaux ou en végétaux. Ainsi, Zeus transforma Callisto en ourse et Niobé en rocher. Le dieu Pénée, quant à lui, changea Daphné en laurier. Ils pouvaient aussi modifier leur propre apparence. Zeus, par exemple, prenait de nombreuses formes, le plus souvent pour séduire des mortelles. Les légendes racontent qu'il se changeait en cygne, en serpent, en aigle, en étalon, en taureau blanc, en nuage, en pluie d'or, en Apollon ou en Artémis, pour les courtiser.

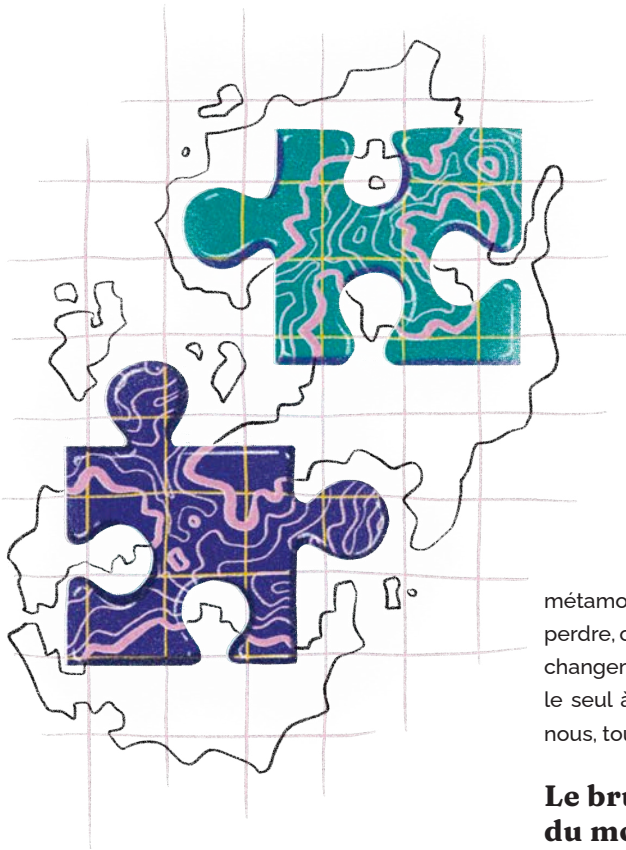
Mais la métamorphose n'est pas l'apanage de la mythologie grecque. Dans certaines légendes indiennes, on trouve le *skin-walker*, qui désigne un individu capable de se transformer en un animal de son choix, après en avoir revêtu la fourrure. Dans le folklore japonais, on rencontre le *kitsune*

(renard), un esprit magique (妖怪, *yōkai*) et polymorphe. Il peut prendre forme humaine, notamment celle d'une belle femme. Dans le Japon médiéval, lorsqu'un homme croisait une jeune femme seule au crépuscule ou en pleine nuit, c'était à coup sûr un *kitsune*. L'être humain, quant à lui, était un jouet pour les dieux. Il était trompé, manipulé, métamorphosé, et ne pouvait pas se fier aux apparences. Un vulgaire pantin impliqué dans des intrigues divines. Une posture délicate qui n'est finalement pas si éloignée d'une autre réalité, avec mère Nature dans le rôle des habitants de l'Olympe.

Cycle éternel, mouvement perpétuel

Naissance, croissance, déclin, puis mort. C'est le cycle de toute chose. C'est la base des hymnes védiques, les textes sacrés de l'Inde. Et c'est aussi le fondement de la biologie. Toute existence est inscrite dans le temps, et nous ne pouvons y échapper.

L'un des sens du mot métamorphose désigne la transformation des insectes et des batraciens, de l'état larvaire à l'état nymphal (la chrysalide) et de celui-ci à l'état adulte. La chenille devient



papillon. La larve devient salamandre. Tout comme les insectes, nous passons par divers stades. Nous vivons dans notre chair la métamorphose de notre corps, de l'état de nourrisson à celui de vieillard.

Un exemple représentatif de ces changements, c'est l'adolescence.

Durant cette période, la voix monte sans prévenir dans les aigus. On a les bras trop longs. L'acné s'invite sur notre visage. Et, en même temps, les hormones nous secouent comme si nous avions reçu un shoot de cocaïne pure à la base du cerveau. C'est, pour certains, parfois pire que la métamorphose de Kafka, où le héros se transforme en insecte – justement. Et pourtant, nous sommes la même personne, dans ce corps devenu étranger. Autrement dit, la métamorphose articule un changement tout en permettant une forme de continuité. Nous restons nous-mêmes, en grandissant, en vieillissant, et ce malgré les évolutions de notre enveloppe corporelle. Et c'est peut-être la question essentielle de la

métamorphose : comment ne pas se perdre, comment garder le fil, à travers le changement ? Car le corps est loin d'être le seul à se métamorphoser. Autour de nous, tout peut toujours basculer.

Le bruit et la fureur du monde

Nous débarquons dans un monde traversé par de puissants courants, comme des mouvements de plaques tectoniques. En cours d'Histoire-géographie, on nous apprend à différencier les pays développés et les pays en voie de développement. Il y a l'Est et l'Ouest. Il y a les croyants et les athées ; et parmi les croyants, il y a les hindouistes, les bouddhistes, les catholiques, les protestants, les orthodoxes, les musulmans... En somme, une foule incalculable de communautés.

Nous vivons dans une société en constante métamorphose. La transformation semble même aller de plus en plus vite. Et il ne s'agit pas simplement de l'émergence de nouvelles technologies (un nouveau smartphone ou un nouveau réseau social, qui seront dépassés dans six mois), mais bien de bouleversements économiques, de mutations structurelles, où les banques d'un seul pays peuvent déstabiliser l'ensemble du système financier planétaire. Ou encore, d'une épidémie isolée, qui devient une pandémie globale.

C'est ce que Shakespeare appelait « le bruit et la fureur du monde ». Quelque

chose de gigantesque, comme les vagues de la planète Miller dans le film *Interstellar*, que nous n'arrivons pas à contrôler. Une succession de métamorphoses subies, qui peuvent nous faire sentir comme des pions sur un immense échiquier.

Sauf que rien n'est jamais joué, ni définitif. Nous pouvons toujours contribuer à donner un vecteur, une direction, une signification, dans un monde qui ressemble à un chaos d'intentions. Un peu comme si nous reprenions le volant d'un véhicule en sortie de route, juste avant d'atterrir dans le fossé. C'est tout l'art du dérapage contrôlé.

Deviens ce que tu es

Nous voilà donc lancés dans le tourbillon de la vie, de la biologie et de l'Histoire. Nous sommes comme Octave dans la pièce de théâtre *Les Caprices de Marianne* (Alfred de Musset) : « Figure-toi un danseur de corde, en brodequins d'argent, le balancier au poing, suspendu entre le ciel et la terre ; à droite et à gauche, de vieilles petites figures racornies, de maigres et pâles fantômes, des créanciers agiles, des parents et des courtisans ; toute une légion de monstres se suspend à son manteau et le tiraille de tous côtés pour lui faire perdre l'équilibre. »

Le jeu de la vie consiste à trouver un équilibre, entre toutes ces évolutions et ces mutations d'un côté, et la continuité d'un rêve, le désir de maintenir une



**On peut envisager la métamorphose
comme un processus de maturation.
Au lieu de nous faire subir une
transformation, elle constitue un
voyage vers la révélation de soi.**

identité, de l'autre. Nous nous efforçons de mettre au diapason les lois de l'univers physique, et celles de notre univers intime... Exactement comme le danseur de corde décrit par Octave. « Il continue sa course légère de l'orient à l'occident. S'il regarde en bas, la tête lui tourne ; s'il regarde en haut, le pied lui manque. Il va plus vite que le vent, et toutes les mains tendues autour de lui ne lui feront pas renverser une goutte de la coupe joyeuse qu'il porte à la sienne. » Le secret serait de ne pas chercher à résister au changement ; bien au contraire, il faudrait l'épouser tout en gardant le fil. Continuer de progresser au milieu du tumulte, travailler sa marque, creuser son sillon, pour créer une forme de constance dans l'impermanence. Et finalement, l'épreuve des métamorphoses pourrait bien être comme une épreuve photographique : un révélateur de nous-mêmes. Comme s'il nous fallait devenir ce que nous sommes, selon la maxime du poète Pindare. Dans ce cas, nous ferions du temps, de la biologie et de l'Histoire nos alliés.

« Vieillir est ce processus extraordinaire par lequel vous devenez la personne que vous auriez toujours dû être », disait l'artiste David Bowie.

Mais alors, on peut envisager la métamorphose comme un processus de maturation. Au lieu de nous faire subir une transformation, elle constitue un voyage vers la révélation de soi.

Au fil du temps, en gérant les changements, les chamboulements et les séismes qui secouent nos vies, nous apprenons. Ce sont les enseignements issus de nos métamorphoses qui provoquent cette maturation. Les expériences sont parfois heureuses, parfois douloureuses. Mais toutes sont instructives. Elles nous permettent de voir de quel bois nous sommes faits et dans quelle mesure nous conservons nos valeurs, nos croyances et notre identité. Certains de nos points de vue évoluent ; d'autres convictions restent gravées dans le marbre.

Si nous faisons en sorte de nous réaliser, d'aller vers nous-mêmes, nous parviendrons à cet îlot de calme et de

stabilité. Nous avons un point stable au cœur de ces courants tourbillonnants, tels qu'on les trouve sur les côtes de Norvège, les maelströms.

Ce qui reste

« Prenez mon argent, prenez le jet, prenez la maison. J'ai toujours moi. J'ai toujours mon courage. » ainsi s'exprime l'auteur américain Grant Cardone.

Bonne nouvelle ! Si vous perdez tout, vous avez toujours vous. Vous pouvez compter sur vous-même. Si votre empire a été dévasté, vous pouvez en bâtir un nouveau. Si votre projet échoue, vous pouvez en développer un nouveau. Si tout a changé, vos aptitudes, elles, restent intactes. Une fois que vous savez qui vous êtes, vous êtes un phare pour vous-même, et vous rentrerez à bon port, quoi qu'il arrive.

Au milieu du mouvement perpétuel, une part de vous restera toujours identique. Il n'y a probablement pas d'éternité ni de Paradis, en dehors de celui que vous pouvez rêver et bâtir pour vous. ☺



A woman with dark hair and bangs, wearing a bright pink headband, a red floral patterned dress, and red high-heeled shoes, is sitting on a large, colorful abstract painting. She is resting her head on her hand and looking towards the camera. The background is a vibrant, colorful wall with large, stylized floral and human figures. A paint palette is visible on the floor next to her.

INTERVIEW

Garder en tête ses premiers rêves

RENCONTRE AVEC NATACHA BIRDS

IL Y A DEUX ANS, NATACHA BIRDS A RESENTI LE BESOIN D'OPÉRER UN TOURNANT DANS SA CARRIÈRE. N'ÉCOUTANT QUE SON CŒUR, ELLE A CHOISI DE SE DÉVOUER À SON ART. ELLE NOUS RACONTE SA TRÈS BELLE TRANSITION PROFESSIONNELLE, GUIDÉE PAR SON INTUITION.

Vous la connaissez sûrement pour ses peintures colorées de femmes à tête de fleurs, qui séduisent autant les acheteurs d'art que les grandes marques avec qui elle collabore (Sézane, Sarenza, Soi, pour n'en citer que quelques-unes). Si Natacha est une artiste dans l'âme, elle n'a pas toujours osé vivre de son œuvre. Est-ce parce que les grandes écoles comme les Beaux-Arts ont refusé sa candidature – et celles de tant d'autres talents – qu'elle est passée par des chemins de traverse ?

C'est dans l'univers du numérique que Natacha a fait ses armes. *« C'était le boom des métiers digitaux. Ce que tout le monde nous recommandait, c'était de savoir faire un site internet. »* Elle se tourne alors vers un BTS en communication visuelle, où elle apprend à coder des sites internet. *« C'était horrible pour moi, parce que c'était l'aspect créatif qui me plaisait... Encoder, au secours ! »*

Elle réussit néanmoins à valider son diplôme, et entre dans une agence de communication spécialisée dans le luxe. Elle travaille pour des grandes marques comme Cartier, Marionnaud, ce qui pour certaines personnes peut sembler être un rêve. Pas pour Natacha, qui doit suivre à la lettre une charte graphique, et ne bénéficie d'aucune liberté créative.

Elle devient par la suite webdesigner dans un cabinet de courtage en ligne. *« C'était génial parce que j'ai appris à faire de la vidéo, j'avais des responsabilités. Mais on parlait surtout industrie et ce n'était vraiment pas l'univers dans lequel j'avais envie d'évoluer. »* Lors de son premier congé maternité, elle décide de lancer son blog et de montrer quelques dessins, des morceaux de vie. Sans surprise, ses illustrations attirent l'attention de ses visiteurs. *« J'ai ouvert ma boutique en ligne, qui a bien démarré. Du coup, j'ai quitté mon CDI pour tenter l'aventure à 100 % sur les réseaux sociaux. Et ça a fonctionné. »* Au bout de deux ans, son mari Noar quitte son poste pour rejoindre cette aventure. *« On s'est mis à travailler à deux, à faire des vidéos, des photos. On s'est investis à fond. On en a profité pour déménager à Barcelone parce qu'on avait la liberté de le faire. On a pris notre bébé, nos ordis et on est partis ! »*

Depuis, Natacha et Noar sont revenus vivre en France, en Dordogne. Ils sont parents de deux enfants, et ont fait un pari qui peut sembler fou pour certains, vital pour d'autres : vivre de leurs passions respectives. C'est ainsi qu'elle a repris ses pinceaux (et Noar son dermographe).

Avec la douceur et l'authenticité qui la caractérisent, Natacha nous a raconté cette période charnière de transition professionnelle. Au micro de Killian Talin, dans une interview pour *Inspiration Créative*, elle disait ne pas se sentir légitime d'être considérée comme une artiste tant que ses pairs ne l'auraient pas reconnue comme telle. C'est peut-être cette forme d'humilité qui participe à la profondeur de ses toiles, qu'elle investit de tout son cœur et toute son énergie (il lui arrive de passer plusieurs jours alitée après avoir achevé une œuvre).

Voici le récit d'une artiste passionnée, qui nous raconte sa récente floraison.


Peux-tu nous parler du moment où tu as décidé de te lancer dans la peinture ?

🔪 Comme pour beaucoup de gens, le confinement a provoqué quelque chose en moi, qui m'a incitée à prendre un tournant. D'un coup, mon mari et moi avons eu beaucoup de temps pour nous, alors que depuis toutes ces années, nous étions sans cesse en train de répondre à la demande. Malgré une forme de réussite, je me suis dit qu'il fallait que j'arrête de faire quelque chose avec lequel je ne me sentais plus en phase.

J'avais le sentiment d'avoir un peu fait le tour de la photo et de la vidéo, et je trouvais que mes réseaux me ressemblaient de moins en moins... Leur aspect commercial me dérangeait.


En fait, j'avais besoin d'une rupture. Et je me suis dit que, avant de craquer, autant tenter une nouvelle aventure et montrer mes peintures. Ça pouvait se casser la figure, mais tant pis, au moins, j'aurais essayé. Dans ce cas, j'aurais tout arrêté, et j'aurais continué à peindre dans mon coin, quitte à prendre un métier à côté. Mon mari, quant à lui, s'est dit qu'il allait s'essayer au tatouage, il en avait envie depuis des années.

Tu te sentais prisonnière de ton travail ?


 C'était débile de s'être battus tant d'années pour avoir notre liberté, et au final de s'enfermer dans quelque chose qui ne nous convenait pas. On a décidé de prendre le risque. Peut-être que les marques allaient dire : « C'est mignon, ses peintures, mais ça ne nous intéresse pas. » Peut-être que les abonnés allaient penser : « C'était ses vidéos qu'on aimait. » Mais j'avais une telle boule au ventre qu'il n'était, de toute façon, plus possible de continuer comme ça.

Ma première collaboration autour de la peinture s'est faite avec la marque de vêtements Leonard Paris. Quand j'ai montré ce tableau, j'ai réalisé que mon travail plaisait, car d'autres marques m'ont tout de suite contactée. En fin de compte, ma communauté m'a suivie. Et, depuis deux ans, je vis de mon art.


Tu as dit dans une interview qu'il ne fallait pas avoir peur de rêver fortement avant de se lancer. C'est ce que tu as fait ?

 C'est quelque chose que je fais tout le temps ! J'ai besoin de visualiser les choses pour sentir si elles me plaisent. Par exemple, si l'on me propose un contrat, je vais avoir besoin d'un laps de temps pour me projeter, imaginer à quoi ça pourrait ressembler, avant de prendre ma décision. Si c'est une chose à laquelle je me surprends à penser souvent dans la journée, j'en déduis qu'elle m'appelle. Dans le cas contraire, je sais que je ne vais pas réussir à m'investir. J'ai aussi besoin de moments de vide où j'ai le temps de rêver, d'imaginer. Au début, je m'en voulais de prendre ce temps, car en apparence, je ne produis rien. Pourtant, dans ma tête, je donne le jour à un tas de choses. C'est essentiel pour moi d'avoir ces moments de vide, pour pouvoir ensuite m'investir à fond.

Cette capacité à s'engager à fond est-elle importante quand on veut se métamorphoser ?

 Je suis de nature un peu obsessionnelle, et je ne sais pas m'engager à moitié. C'est une force, mais aussi une faiblesse, lorsqu'un projet prend le pas sur le reste de ma vie. Je ne pourrais pas travailler sur quatre projets à la fois : j'ai besoin d'être concentrée sur une chose, de tout donner. En ce qui me concerne, ça aurait été difficilement possible d'atteindre mon rêve si je n'y avais pas mis toute mon énergie. Mais j'ai conscience que tout le monde n'a pas la possibilité de le faire, parce que parfois, pendant un temps, les rêves n'apportent pas d'argent.

Dans l'imaginaire collectif, l'artiste travaille uniquement à l'inspiration, et le reste du temps, il vaque à d'autres occupations. Qu'en est-il vraiment ?

 Il y a un peu de ça... et un autre côté qui n'a rien à voir ! Vu de l'extérieur, peindre a l'air très apaisant. La réalité, c'est que les peintres peuvent passer sept heures sur la même toile, tous les jours de la semaine. On a mal au dos, on a mal au poignet ; quant à la toile, elle nous sort par les yeux !

Il m'est arrivé de m'acharner sur une peinture jusqu'à m'épuiser. Généralement, on voit l'évolution de la toile en même temps que l'évolution de mes cernes ! Les premiers jours, j'arrive bien apprêtée et hyper joyeuse de commencer ce travail. Au fil des jours, la fatigue se fait ressentir. Je ne viens pas coiffée, puis pas maquillée et je finis par enfiler le premier truc que je trouve.

Peindre, ce n'est pas agiter son pinceau pendant une heure, et ensuite regarder les oiseaux. Déjà, il se passe bien deux ou trois heures, le temps de trouver son geste. On se dit, « ah ça y est, je le tiens ! » Et là, on n'a plus envie de le lâcher.

Lorsque je termine une toile, je finis vidée. Je peux alors avoir besoin de passer quatre jours au lit ! Je suis épuisée comme après un marathon.

Je suis de nature un peu obsessionnelle, et je ne sais pas m'engager à moitié. C'est une force, mais aussi une faiblesse, lorsqu'un projet prend le pas sur le reste de ma vie.

Ton mari et toi vous êtes reconvertis au même moment. Est-ce que ça avait quelque chose de rassurant de partager l'aventure ?

✍ Bien sûr ! Je me souviens qu'il y a 2 ans, j'étais dans un tel état de ras-le-bol, je n'en pouvais plus. Toute la communication était axée sur moi, alors il fallait que je m'apprête, que je sois souriante. J'étais agacée par les shootings, très impatiente à chaque fois, je n'avais plus envie de poser, chaque séance finissait en larmes...

Avec mon mari, on s'est dit qu'on allait montrer ensemble ce qu'on avait vraiment envie de faire. Si ça marchait, tant mieux, mais quitte à se planter, autant l'avoir fait à deux !

Est-ce que c'est toi qui t'occupes de la partie commerciale ?

✍ J'ai besoin de déléguer, parce que la gestion des factures et des mails, la négociation avec les marques, sont trop anxiogènes pour moi. J'aimerais, comme toutes les personnes sur cette Terre je suppose, ne vivre que des choses que j'aime. Ce n'est pas possible, mais j'essaie au maximum de retirer ce qui m'embête.

J'ai deux agents. Il y a Adeline Cubères (fondatrice d'Artwork in promess), qui s'occupe de discuter avec les galeries, de vendre mes toiles. Ensuite, Janane Boudili (fondatrice de Soeurette Productions), qui m'aide sur les réseaux sociaux.



PHOTO ©ROXANE PILLET

Comment as-tu décidé de travailler avec elles ?

✂ Ça s'est fait au feeling ! Janane Boudili, qui est la maman de Soeurette Productions, m'a envoyé un petit message sur Instagram en me disant qu'elle aimait beaucoup ce que je faisais, et que ce serait chouette qu'on prenne un café. J'ai dit oui ! Elle a très vite compris ce que je voulais, et surtout ce que je ne voulais pas. Je me suis dit : « C'est bon, je tente l'aventure avec elle. » C'était il y a trois ans, et ça marche toujours très bien.

Pour Adeline, la rencontre s'est aussi faite sur Instagram. Elle m'a demandé si j'avais un catalogue avec le prix de mes œuvres, je lui ai dit que je débute, que j'étais incapable de faire ça. Elle m'a répondu qu'elle pouvait peut-être m'aider – Adeline a une société qui s'occupe de mettre en lien les artistes et les sociétés. On en a discuté et, là encore, quelque chose s'est produit.

Est-ce que tu aurais un conseil à donner à quelqu'un qui souhaite se reconverter et qui n'ose pas sauter le pas ?

✂ Je pense qu'avant de se lancer, c'est vraiment important de réussir à se projeter au quotidien dans le métier en question, dans les bons moments comme dans les mauvais.

En fait, j'ai la sensation que la vraie clé, c'est de savoir qui l'on veut être. Plus c'est acté dans notre esprit, plus on va droit au but, et moins on se perd. Quand on crée un projet ou qu'on le transforme, il y a forcément des choses auxquelles on ne s'attend pas, et qui vont peut-être nous faire dévier de notre chemin. J'ai vécu ça avec Maisons Birds. On voulait créer un tiers-lieu artistique avec une petite partie café et un grand atelier d'art, avec un espace pour donner des cours de céramique, un espace de tatouage et une partie boutique. Quand on a fait les travaux, ça ressemblait exactement à ce qu'on avait

en tête. On a ouvert le café en 2021, qui a connu un vif succès. Au fil des mois, on a rajouté des sièges, puis des terrasses extérieures, puis poussé un peu la boutique... On s'est transformés en café pour répondre à la demande ; mais on a complètement mis de côté le projet du début.

Et là, on s'est relancés dans un truc où il fallait faire de la comptabilité, gérer des employés et des stocks. On repartait sur quelque chose de très contraignant, en fin de compte. Ça a été important pour nous, car ça nous a fait réfléchir à ce qu'on voulait vraiment : vivre plus simplement, sans donner tout notre temps ni sacrifier nos enfants.

C'est très important de garder en tête ses premiers rêves, tout au long du projet, de se reconnecter à chaque fois aux premières envies pour être sûr qu'on n'est pas en train de se faire vampiriser par autre chose qui nous dévie de notre but ! ☺

🌐 www.natacha-birds.fr

📷 Instagram : @natachabirds

Pour acquérir les œuvres de Natacha :

adeline@artworkinpromess



PROPOS RECUEILLIS PAR
SOPHIE LAURENCEAU



ANALYSE

PAR JOSIANE ASMANE

ILLUSTRATIONS DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

Il n'y a pas d'âge pour **entreprendre**

VOUS PENSEZ ÊTRE TROP VIEUX OU TROP VIEILLE POUR ENTREPRENDRE ? VOUS AVEZ L'IMPRESSION D'ÊTRE EN RETARD FACE AUX AUTRES ENTREPRENEURS ? VOUS ÊTES PEUT-ÊTRE UN **LATE BLOOMER** QUI S'IGNORE ! PARCE QU'IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR ENTREPRENDRE, DÉCOUVREZ NOS CONSEILS POUR RÉALISER VOTRE PROJET À VOTRE RYTHME.

Connaissiez-vous les *late bloomers* ? Non, ce n'est pas un nouveau plat à la mode ! Cette expression décrit les personnes qui se révèlent plus tard que la norme. En constante évolution, elles se réalisent parfois plus lentement que les autres. Dans son livre *Il n'est jamais trop tard pour éclore, carnet d'une late bloomer*, Catherine Taret nous donne des clés pour nous épanouir à notre rythme. Des conseils applicables à l'entrepreneuriat, où la réussite professionnelle précoce est parfois valorisée. Qui n'a jamais lu le portrait d'un petit génie ayant fait fortune rapidement et à moins de 30 ans avec son entreprise ? Mark Zuckerberg, si tu nous lis ! Le succès entrepreneurial serait-il l'apanage des jeunes ? Pas du tout ! La vérité est ailleurs : de nombreux entrepreneurs se révèlent sur le tard et explosent à plus de 50 ans. Rien ne sert de réussir tôt et tout de suite, mieux vaut apprendre à fleurir au bon moment.

Le parcours d'une *late bloomer*

Catherine Taret voit la vie comme une collection d'expériences. Sa première métamorphose opère à 29 ans, lorsqu'elle quitte son poste en CDI au sein de la multinationale Unilever, avec la certitude qu'autre chose l'attend, sans savoir exactement quoi. Une décision périlleuse à l'époque, qui la mènera sur le chemin de l'écriture, jusqu'à la publication de son livre à 42 ans. Le déclic ? La rencontre avec une voyante qui lui révèle qu'elle est une *late bloomer*.

Cette découverte lui permet de mieux appréhender son parcours professionnel et personnel à l'aune d'un nouvel état d'esprit, celui du « growth mindset » théorisé par Carole Dweck dans son livre *Mindset* (traduit sous le titre *Osez réussir ! Changez d'état d'esprit*). Cette professeure de psychologie sociale a étudié deux types de façons de penser



chez l'homme : celui en développement (le « growth mindset ») et le figé (le « fixed mindset »). On réfléchit à certains aspects de nos vies avec un « fixed mindset », c'est-à-dire avec des schémas de pensée répétitifs et limitants qui nous rassurent. À l'inverse, nous abordons d'autres situations avec un état d'esprit en croissance, vecteur de réalisations inédites dans des champs nouveaux.

« Professionnellement, j'étais vraiment en développement total. Par contre, j'étais très figée dans mon parcours personnel », confie Catherine Taret au cours d'une interview. Selon elle, cette prise de conscience est essentielle si l'on veut se transformer. Il n'y a pas de métamorphose possible avec un état d'esprit figé.

Floraison tardive

Trouver sa voie ne se fait pas d'un coup de baguette magique. Cela peut prendre du temps. D'ailleurs, cette voie ne serait-elle pas en constante évolution ? La réponse est dans la question ! C'est ce qui la rend unique.

Alors, que faire ? D'abord, accepter de ne pas suivre le tempo des autres. Vous avez le droit de fleurir comme vous l'entendez. Et si, plutôt que de vous croire en retard, vous étiez simplement dans les temps ?

Se réaliser tôt est une injonction d'une société toujours plus pressée. Si cette accélération du temps convient à certains, les autres ont le droit d'avancer comme ils le souhaitent. Vous souvenez-vous du lapin blanc dans *Les Aventures d'Alice au pays des merveilles*, le roman de Lewis Carroll ? Il se dit, toujours en retard et s'agite partout pour être en avance. Mais au fond, après quoi court-on ?

« L'éclosion, c'est de trouver ce qui est juste pour soi. Sans violence envers soi-même en essayant d'aller plus vite, mais au contraire, en acceptant son chemin. Il faut toujours continuer à explorer », dit Catherine Taret.

Votre force en tant qu'entrepreneur *late bloomer*, ou sur le point de le devenir ? L'expérience, pardi ! « On a quelque chose de très riche en soi, de par cette accumulation d'expertises », analyse Catherine Taret. Elle constate également une sérénité et un alignement chez les entrepreneurs « tardifs », qui savent qu'ils ne jouent pas leur vie en créant une entreprise. L'entrepreneuriat est une façon de s'épanouir et de se réaliser un peu plus, de devenir encore plus celle ou celui que l'on est.

Une notion libératrice

Si vous êtes entrepreneur et *late bloomer*, vous avez peut-être la sensation d'être en retard. Pire encore, d'avoir raté un train par rapport aux autres.

Connaître la notion de *late blooming* rassure. Vous avez tout autant de valeur que les autres entrepreneurs qui sont déjà lancés. Vous êtes désormais en connexion avec votre propre cadence. Une nouvelle image de soi prend forme, celle d'être capable de s'accomplir non pas dans les temps mais en son temps. C'est décomplexant.

Les *late bloomers* sont mieux acceptés dans la culture anglo-saxonne. Aux États-Unis, les notions d'échec et de réinvention sont communément admises. En France, il existe un biais culturel où les *late bloomers* sont considérés comme transgressifs. Rien d'étonnant à ce qu'ils se sentent parfois en décalage par rapport aux autres.



Conseils pour entrepreneurs late bloomers

Un des critères du *late blooming* est d'être dans l'attente d'une réalisation. Acceptez que les choses se manifestent à un autre moment. Patience, cela va arriver !

Vous avez l'impression de stagner ? Vous êtes déjà en mouvement ! Listez toutes vos réalisations de ces derniers mois. Prenez conscience de votre avancée, vous êtes en marche. Vos cellules se renouvellent en permanence, comme l'explique l'auteur Guillaume Lamarre dans son livre *La voix du créatif* : « Vous pensez être un organisme stable, alors que le corps que vous observez maintenant dans un miroir est différent de celui que vous observiez. En raison du renouvellement permanent des cellules de notre corps, nous sommes toujours et naturellement en train d'évoluer. Nous sommes en construction. Rien n'est définitif dans le chantier perpétuel que nous sommes. Nous pouvons nous réinventer à n'importe quel âge de la vie comme le font déjà les cellules de notre corps. »

Catherine Taret vous prescrit également une bonne dose de lâcher-prise ! « *Votre projet ne sera peut-être pas exactement comme vous l'aviez imaginé. Ce n'est pas grave. Lâchez les regrets et vivez pleinement le moment. Il faut s'appuyer sur vos atouts, votre énergie et les bonnes personnes qui vous entourent. Et savourez ce que vous avez à vivre, ici et maintenant.* »

Stop aux projections et à l'idéalisation. Il est temps d'être vraiment présent à ce qu'on vit et de profiter de ce que vous êtes en train de créer.

Réinvention constante

La bonne nouvelle, c'est qu'il n'y a pas de date limite à l'entrepreneuriat. Il est possible d'entreprendre tout au long de sa vie, même après la retraite. À 73 ans, Marie-France Cohen décide de créer une boutique de décoration, après avoir cofondé un *concept store* avec son mari à 60 ans. L'envie de créer est irrésistible. Et irrésistible ! Elle fait partie des personnes qui se réinventent constamment et avec panache, ne laissant jamais son âge lui dicter son parcours professionnel. Une façon de gagner en liberté et en puissance, et aussi en connaissance de soi, l'un des privilèges de la vieillesse*.

C'est aussi le cas de Natacha Dzikowski, 57 ans, devenue autrice, créatrice de contenus et blogueuse après une reconversion professionnelle à 52 ans. Dans son livre *Belle et bien dans mon âge*, elle voit la cinquantaine comme l'âge de tous les possibles : « C'est le moment d'écrire nos espérances. N'ayons pas peur de ce moment, n'ayons pas peur de voir grand. Donnons-nous l'opportunité d'avoir des rêves amples pour que la vie de nos 50 ans et plus le soit tout autant ».

Chers entrepreneurs *late bloomers*, vous voici désormais parés pour réaliser pleinement votre potentiel. Plus besoin de vous sentir en décalage par rapport à la norme entrepreneuriale, qui a grand besoin d'être réinventée, elle aussi.

Quel que soit votre âge, il est idéal pour vous lancer dans les projets qui vous paraissent justes et alignés avec vos ressentis. ☺

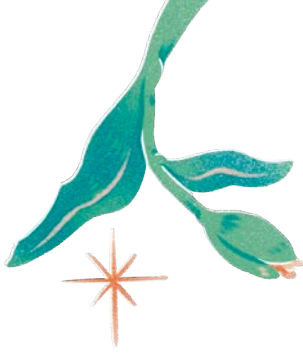


Il n'est jamais trop tard pour éclore,
Catherine Taret,
éditions Flammarion



Les Fleurs de l'âge,
Josiane Asmane,
éditions Flammarion





POUR ALLER PLUS LOIN

Quelques entrepreneur(e)s « à floraison tardive »

Vivienne Westwood

Elle crée sa première collection de mode à 41 ans

Avant de devenir la reine du mouvement punk dans les années 70, Vivienne Westwood était institutrice, mariée, un enfant. Puis elle ouvre une boutique de mode à Londres et commence à fabriquer des vêtements. Depuis sa première collection haute couture à 41 ans, elle ne cesse de créer en tant que styliste de sa propre marque, même à 81 ans !

Colonel Sanders

Sa recette de poulet cartonne à plus de 65 ans

Il a été ouvrier agricole, conducteur de tramway, soldat, vendeur d'assurances, cheminot pour une société de chemin de fer. En 1931, il ouvre un premier restaurant qui brûle dans un incendie... Le Colonel Sanders ne vous dit rien ? Harland David Sanders est le fondateur du KFC, la chaîne de fast-food américaine. Convaincu par la recette de poulet frit qu'il avait inventée, il persévère jusqu'au succès qui arrive à plus de 65 ans ! Il avait commencé à travailler à l'âge de 10 ans pour subvenir aux besoins de sa famille.

Martha Stewart

Elle fonde son premier magazine à 50 ans

Après avoir été mannequin puis agente de change, Martha Stewart fonde une maison d'édition en 1967. En 1976, elle lance une entreprise de restauration à domicile dans son sous-sol avec une amie. Elle devient par la suite directrice d'un magasin d'alimentation gastronomique. En 1990, à 50 ans, elle lance un nouveau magazine et en devient la rédactrice en chef. Deux ans plus tard, son programme télévisé hebdomadaire s'appuie sur son magazine. Le succès ne s'est plus arrêté depuis ses 52 ans !

Joseph A. Campbell

Il lance sa première entreprise à 52 ans

Savez-vous à quel âge Joseph A. Campbell a vendu sa première soupe ? À 78 ans ! En 1869, à 52 ans, il cofonde son entreprise de conserves. Qui aurait pu prédire qu'elles seraient immortalisées, un siècle plus tard, par Andy Warhol et exposées au MOMA (Musée d'Art Moderne de New York) ?

Giorgio Armani

Il développe sa marque à 41 ans

Après des études de médecine avortées, Giorgio Armani se consacre à la photographie, avant de devenir étalagiste pour un grand magasin italien. Pendant 9 ans, il travaille comme styliste pour une marque de mode masculine, avant de se mettre à son compte à 41 ans. Il a aujourd'hui 88 ans et est toujours actif au sein de sa maison de couture mondialement connue.



BOÎTE À OUTILS

EN PARTENARIAT AVEC FABRICE MIDAL
ILLUSTRATIONS DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

LES 5 PORTES DES ENTREPRENEURS



***L'outil qui révolutionne
notre rapport au travail***

Chez LiveMentor, nous sommes devenus des adeptes de l'approche innovante du philosophe et écrivain Fabrice Midal, présentée dans son livre *Les 5 portes*. Elle fait écho à un constat qui nous attriste : les entrepreneurs consacrent tellement de temps à copier des modèles de réussite, qu'ils en oublient de chercher à comprendre leur propre système interne, de travailler en harmonie avec leurs spécificités, leur unicité. Après avoir testé de nombreux outils de personnalité, nous sommes tombés amoureux de celui proposé dans ce livre. Quelques dizaines d'entrepreneurs inscrits dans nos formations l'ont essayé, et tous l'ont adopté.

Êtes-vous un entrepreneur animé par le bonheur de faire, le bonheur de voir clair, le bonheur d'être en relation, le bonheur

d'être comblé ou le bonheur d'être en paix ? La réponse à cette question peut vous ouvrir un chemin vers bien plus de sérénité professionnelle.

Nous avons donc proposé un pari fou à Fabrice : créer la première formation en ligne qui permet aux entrepreneurs de mieux se connaître. Et il a dit oui ! Ensemble, nous avons créé la formation *Les 5 portes des entrepreneurs*.

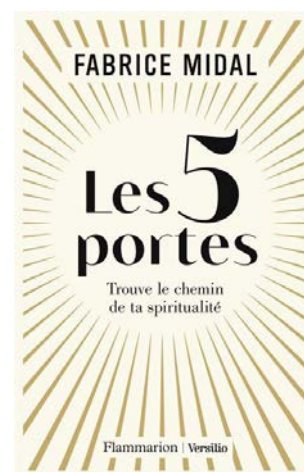
C'est une formation courte et précise, où nous traitons chacune des portes, son impact dans le quotidien, et les stratégies pour en déployer toute la force. Être entrepreneur, ce n'est pas seulement déposer un statut et payer des cotisations sociales. Être entrepreneur, c'est aussi découvrir son désir, son aspiration profonde, son équilibre, et ainsi s'épanouir professionnellement.



Dans cette formation, vous retrouverez :

- ⌚ Une adaptation du modèle des 5 portes selon les enjeux spécifiques qui touchent les entrepreneurs
- ⌚ Une conversation profonde entre Fabrice Midal et Alexandre Dana autour des 5 portes
- ⌚ Des exercices de mise en application pour se connecter à la puissance de la porte utile, selon les difficultés rencontrées par l'entrepreneur

Vous souhaitez dès à présent connaître votre porte, celle qui constitue votre force entrepreneuriale ? Les pages qui suivent sont faites pour vous. Grâce au test de Fabrice Midal, proposé dans son livre *Les 5 portes*, révélez la couleur de votre talent. Et si vous souhaitez apprendre à l'appivoiser, nous vous invitons à dévorer les pages de ce merveilleux livre, qui a changé le quotidien de nombre d'entre nous !



Les 5 portes, Trouve le chemin de ta spiritualité de Fabrice Midal, aux éditions Flammarion

Les 5 portes des entrepreneurs, formation disponible sur le site de LiveMentor fin janvier 2023, et proposée au tarif de 97 €

TEST

Quelle est ta porte ?

D'après le livre *Les 5 portes, Trouve le chemin de ta spiritualité*
de Fabrice Midal

Un test n'est pas une science exacte. Cependant, en répondant (honnêtement !) aux questions qui suivent, vous cernerez votre profil énergétique avec ses forces et ses faiblesses. Nous avons chacun une énergie principale (dominante) et une énergie complémentaire. Elles sont de véritables portes qui, une fois comprises et maîtrisées, vous mèneront vers l'épanouissement personnel et professionnel.

Tes amis font-ils appel à toi quand ils se sentent seuls et ont besoin de chaleur humaine ?

Souvent : ■■■■
Rarement : ■■
Jamais : ■

As-tu besoin d'être en mouvement pour te sentir exister ?

Beaucoup : ●●●●
Un peu : ●●
Pas du tout : ●

Mettre les pieds dans le plat te réjouit-il ?

Beaucoup : ★
Très peu : ★★
Ce n'est pas moi : ★★★

Quel est ton degré de tolérance au bavardage, aux opinions, aux digressions ?

J'adore : ◆
Ça m'indispose : ◆◆
Je ne supporte pas : ◆◆◆

Est-il facile, voire amusant pour toi de parler à des inconnus ?

Très : ■■■■
Un peu : ■■
Pas du tout : ■

Dans un groupe, arrive-t-il que tu passes pour inapparent, comme invisible, et qu'on ne te remarque pas ?

Souvent : ★★
Rarement : ★★
Jamais : ★

Dans ta manière de t'habiller ou de meubler ton intérieur, y a-t-il un côté ostentatoire et recherché ? Beaucoup de couleurs, d'objets, d'accessoires ?

Beaucoup : ▲▲▲
Un peu : ▲▲
Pas du tout : ▲

Tes amis font-ils appel à toi quand ils ont perdu confiance, quand ils ont besoin de réconfort ?

Souvent : ▲▲▲
Rarement : ▲▲
Jamais : ▲

As-tu le sentiment d'être perdu dans ta vie ?

Souvent : ◆
Rarement : ◆◆
Jamais : ◆◆◆

T'émerveilles-tu facilement devant les choses les plus simples de la vie, y compris une araignée sur le rebord de la fenêtre ?

Souvent : ★★
Rarement : ★★
Jamais : ★

T'énerves-tu face à une injustice, face à la bêtise ou la grossièreté ?

Souvent : ◆◆◆
Rarement : ◆◆
Jamais : ◆◆

Es-tu dans la séduction dans tes rapports avec les autres, y compris dans le domaine professionnel ?

Beaucoup : ■■■■
Un peu : ■■
Pas du tout : ■

As-tu tendance à remettre au lendemain ce que tu aurais pu faire aujourd'hui ?

Souvent : ●
Rarement : ●●
Jamais : ●●●

Te perds-tu dans des détails au point que chaque tâche te prend plus de temps que la moyenne ?

Souvent : ◆
Rarement : ◆◆
Jamais : ◆◆◆

Éprouves-tu le sentiment
de manquer, de ne pas avoir
assez : de biens, d'affection, de
reconnaissance... ?

Souvent : ▲▲▲
Rarement : ▲▲
Jamais : ▲

Tes amis retiennent-ils de toi ta
douceur, ta gentillesse ?

Beaucoup : ★★ ★
Très peu : ★ ★
Ce n'est pas moi : ★

Considères-tu que tu as des
qualités d'écoute te permettant
de ressentir ce que l'autre dit
vraiment ?

Souvent : ■ ■ ■
Rarement : ■ ■
Jamais : ■

L'efficacité est-elle pour toi une
qualité majeure ?

Beaucoup : ● ● ●
Un peu : ● ●
Pas du tout : ●

Te compares-tu aux autres ?

Souvent : ● ● ●
Rarement : ● ●
Jamais : ●

Accumules-tu des objets
(vêtements, livres, ustensiles
de cuisine, tableaux...) parfois
inconsidérément au point de te
sentir étouffer ?

Beaucoup : ▲ ▲ ▲
Un peu : ▲ ▲
Pas du tout : ▲

T'arrive-t-il d'être profondément
persuadé que tu as raison même
quand les autres te disent que tu
as tort ?

Souvent : ◆ ◆ ◆
Rarement : ◆ ◆
Jamais : ◆

Le fait d'être aimable est-il une
priorité pour toi dans ta relation
aux autres ?

Beaucoup : ■ ■ ■
Un peu : ■ ■
Pas du tout : ■

Devant une question qui t'est
posée, as-tu le souci d'être
exhaustif et complet ?

Souvent : ▲ ▲ ▲
Rarement : ▲ ▲
Jamais : ▲

As-tu tendance à ne rien voir de
tes qualités et à être surpris quand
on les remarque ?

Souvent : ★ ★ ★
Rarement : ★ ★
Jamais : ★

Quand tu es angoissé, le fait de
« faire » (ranger ta maison, couper
du bois, jardiner...) t'apaise-t-il ?

Beaucoup : ● ● ●
Un peu : ● ●
Pas du tout : ●

Es-tu indécis ?

Souvent : ■ ■ ■
Rarement : ■ ■
Jamais : ■

As-tu besoin de ressentir
intensément des émotions
pour te sentir vivant ?

Beaucoup : ▲ ▲ ▲
Un peu : ▲ ▲
Pas du tout : ▲

Es-tu la personne que tes amis
appellent pour demander une
aide ou un coup de main ?

Souvent : ● ● ●
Rarement : ● ●
Jamais : ●

Tes amis font-ils appel à toi quand
ils sont dans le brouillard et ont
besoin de clarifier une situation
de leur vie ?

Souvent : ◆ ◆ ◆
Rarement : ◆ ◆
Jamais : ◆

RÉSULTATS

Chacune de ces portes correspond à une couleur.



PORTE VERTE



PORTE ROUGE



PORTE JAUNE

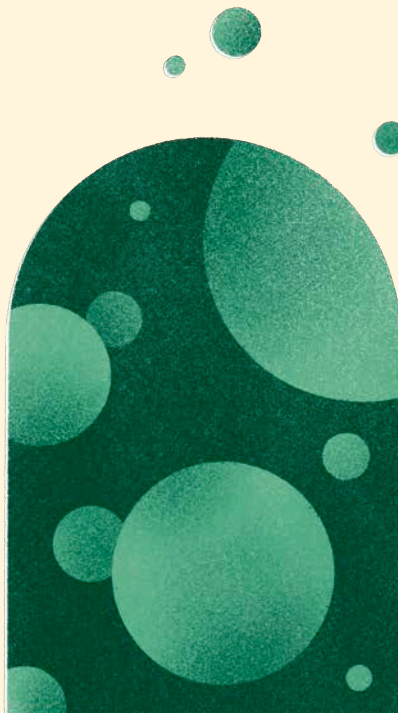


PORTE BLEUE



PORTE BLANCHE

Vous souhaitez en savoir plus sur chaque porte ? Retrouvez les résultats complets dans le livre *Les 5 portes, Trouve le chemin de ta spiritualité* de Fabrice Midal, aux éditions Flammarion.



Calcule, dans tes réponses, le nombre de ●, ■, ▲, ◆, ★, que tu as obtenus. La figure majoritaire dans tes réponses est celle de ta porte dominante. La suivante est celle de ta porte complémentaire. Ne néglige aucune d'elles, même celles qui te semblent les plus éloignées de toi ! Elles sont autant de ressources que tu as la capacité de développer et d'utiliser pour entrer dans la vraie vie...



PORTE VERTE

Celle-ci se définit par **le bonheur d'agir**.

Tu as le pouvoir d'accomplir ce que tu veux sans avoir l'impression de te battre pour que cela advienne. Tu jubiles quand tu parviens à entrer dans le mouvement de la vie, à trouver le bon rythme, l'allure qui te convient. Mais as-tu vraiment réussi à apprivoiser cette énergie ? À cultiver ce don pour vivre pleinement le bonheur d'être dans l'action ? Ne te détourne pas de lui, n'aie pas peur de cette intensité qui t'habite !

Beaucoup de nos problèmes viennent d'un rapport maladroit et malencontreux à nous-même. En explorant ta porte, et en laissant les forces vertes se déployer en toi, tu réussiras à guérir nombre de tes blessures : le sentiment de n'avoir de contrôle sur rien, de ne jamais en faire assez, d'être sans cesse jugée par les autres...



PORTE ROUGE

Celle-ci se définit par **le bonheur d'entrer en relation**.

Tu sais écouter l'autre et te placer sur la même longueur d'onde, sans avoir d'effort à fournir. Tu es heureux·se quand tu réussis à établir une relation de proximité avec les personnes de ton entourage. Mais as-tu vraiment réussi à apprivoiser cette énergie ? À cultiver ce don pour vivre pleinement dans le bonheur d'être en lien ? Ne te détourne pas de lui, n'aie pas peur de cette intensité qui t'habite !

Beaucoup de nos problèmes viennent d'un rapport maladroit et malencontreux à nous-même. En explorant ta porte, et en laissant les forces rouges se déployer en toi, tu réussiras à guérir nombre de tes blessures : le sentiment d'être isolé·e, de ne pas réussir à t'engager, de te sentir incompris·e...



▲ PORTE JAUNE

Celle-ci se définit par **le bonheur de la plénitude**.

Tu as une vraie capacité à apprécier ce qui est et à t'en réjouir. Tu es heureux-se quand tu te sens rempli-e, accompli-e, exaucé-e. Mais, as-tu vraiment réussi à apprivoiser cette énergie ? À cultiver ce don pour vivre pleinement la richesse profonde qui est en toi ? Ne te détourne pas de lui, n'aie pas peur de cette intensité qui t'habite !

Beaucoup de nos problèmes viennent d'un rapport maladroit et malencontreux à nous-même. En explorant ta porte, et en laissant les forces jaunes se déployer en toi, tu réussiras à guérir nombre de tes blessures : le sentiment qu'il te manque quelque chose pour t'accomplir pleinement, de ne jamais faire les bons choix, de ne pas être reconnu-e à ta juste valeur...

◆ PORTE BLEUE

Celle-ci se définit par **le bonheur de la clarté**.

Tu es animé-e au plus profond de toi par le désir de comprendre, d'apprendre, de clarifier, d'avancer. Tu es heureux-se quand tu parviens à dissiper la confusion, à voir clairement la situation et à ordonner tes idées de façon juste. Mais as-tu vraiment réussi à apprivoiser cette énergie ? À cultiver ce don pour vivre pleinement le bonheur de voir clairement le monde ? Ne te détourne pas de lui, n'aie pas peur de cette intensité qui t'habite !

Beaucoup de nos problèmes viennent d'un rapport maladroit et malencontreux à nous-même. En explorant ta porte, et en laissant les forces bleues se déployer en toi, tu réussiras à guérir nombre de tes blessures : le sentiment d'être menacé-e, de ne pas être compris-e, d'être perdu-e dans les détails et de ne plus voir ce qui compte vraiment pour toi...



★ PORTE BLANCHE

Celle-ci se définit par **le bonheur d'être pleinement confiant**.

Tu as cette capacité d'accueillir les choses, les êtres, comme ils sont, de laisser se déployer ce qui est, de te laisser émerveiller par les aspects les plus ordinaires de l'existence. Tu es heureux-se quand tu parviens à trouver un état d'apaisement dans lequel tu peux contempler simplement les choses et le monde tels qu'ils sont. Mais as-tu vraiment réussi à apprivoiser cette énergie ? À cultiver ce don pour vivre pleinement le bonheur de cette grande confiance ? Ne te détourne pas de lui, n'aie pas peur de cette intensité qui t'habite !

Beaucoup de nos problèmes viennent d'un rapport maladroit et malencontreux à nous-même. En explorant ta porte, et en laissant les forces blanches se déployer en toi, tu réussiras à guérir nombre de tes blessures : le sentiment d'être abandonné-e, perdu-e, transparent-e, de tourner en rond, de ne plus savoir où tu vas...

PORTRAIT

PAR IAN BENEDICT

ILLUSTRATION DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

Les Wachowski



**DANS LA MATRICE DES
TRANSFORMATIONS**

LE MONDE LES A DÉCOUVERTES EN TANT QUE LARRY ET ANDY WACHOWSKI, EN 1998, LORSQUE LE PHÉNOMÈNE *MATRIX* ARRIVAIT AU CINÉMA. AUJOURD'HUI, APRÈS AVOIR FAIT LEURS TRANSITIONS, ELLES SE NOMMENT LANA ET LILLY. VOICI L'HISTOIRE DES MULTIPLES MÉTAMORPHOSES QUI JALONNENT LEURS VIES COMME LEUR ŒUVRE.

Les Wachowski sont nées respectivement en 1965 et 1967 à Chicago, d'un père entrepreneur et d'une mère infirmière et peintre. Hollywood et le monde du cinéma sont un point distant, que les Wachowski découvrent grâce à leurs parents qui les emmènent régulièrement faire des « orgies de films » – enchaînant parfois jusqu'à trois films en une journée !

C'est à peu près à cette période que leurs premiers questionnements sur leur identité de genre apparaissent. Transférée en CE2 dans une école catholique où les garçons et les filles portaient des uniformes différents, Lana se souvient par exemple du premier jour où les enfants devaient se ranger en deux files, selon leur genre.

Lana, encore sous l'identité de Larry, se retrouve alors coincée au milieu, comprenant bien que ses vêtements ne correspondent pas à la file des filles, et comprenant surtout que son identité ne correspond pas à la file des garçons. S'ensuivront des années de harcèlement pour les jeunes Wachowski.

En réponse, Lana et Lilly se renferment sur elles-mêmes dans une relation fusionnelle frôlant la gémellité. Elles trouvent dans les mondes imaginaires le refuge idéal pour rêver leur vie : elles dévorent toutes les œuvres de science-fiction qui leur tombent sous la main, et deviennent des joueuses passionnées de Donjons & Dragons.

« Dans D&D, on a seulement besoin de son imagination. Il suffit de faire en sorte que tout le monde ait le même espace en tête, la même image. C'est très similaire au processus de création d'un film. », explique Lilly.

Du temps béni de l'enfance jusqu'à l'adolescence, les Wachowski se mettent à écrire des histoires, dessiner des comics, participer à des groupes de théâtre et de cinéma. Elles créent même leur propre version de Donjons & Dragons, frustrées par les différenciations de genre omniprésentes dans le jeu. Elles s'autorisent alors, en toute innocence, à imaginer une version alternative où tous les genres peuvent être mélangés.

Une carrière à Hollywood, ça se construit !

Au lycée, les Wachowski créent leur petite affaire de peintres en bâtiment pour mettre de l'argent de côté pour l'université. Mais la fac est une vraie déception. Elles trouvent les cours d'un ennui mortel, les professeurs ne leur semblent pas vraiment qualifiés. Elles abandonnent leurs études avant l'obtention du diplôme. Les deux sœurs se retrouvent à Chicago et décident de se lancer dans leur première véritable aventure professionnelle en duo : la création d'une entreprise de BTP – alors que ni l'une ni l'autre n'a la moindre expérience dans le domaine ! Elles apprennent tout sur le tas, et savent faire montre d'une confiance absolue face aux clients – qualité qui leur servira plus tard, lorsqu'il faudra naviguer dans les eaux troubles d'Hollywood !

L'expérience est concluante, puisqu'elles parviennent même à construire un conduit d'ascenseur du premier coup, sans le moindre plan !

Cependant, l'appel de la créativité est trop fort. Pendant tout ce temps, elles n'ont jamais cessé d'écrire. Au début des années 90, Larry fait une virée à

New York pour aller frapper à toutes les portes d'éditeurs de comics. Elle obtient un contrat pour elle et Andy auprès de... Marvel ! La mission consiste à écrire des scripts pour la série *Ectokid*.

En parallèle, les Wachowski se lancent dans l'écriture de leur premier scénario, *Carnivore*, qui ne verra jamais le jour, mais retient tout de même l'attention d'un agent de talent, Lawrence Mattis. Ce dernier accepte de les représenter, et ne les quittera plus.

Dans la matrice d'Hollywood

Les Wachowski mettent sur papier une nouvelle histoire, *Assassins*. Alors qu'elles rénovent la maison familiale, elles apprennent que le fameux producteur Dino De Laurentiis souhaite leur racheter leur scénario. Dans la foulée, il vend le script à Warner Bros pour bien plus cher qu'il ne leur a payé, mais peu importe : le contrat prévoit que les Wachowski écriront deux autres films pour le studio.

Le réalisateur d'*Assassins*, Richard Donner, a engagé un scénariste pour remanier le script. Les Wachowski découvrent le résultat avec horreur : elles ne reconnaissent plus rien de leur histoire, et refusent d'y être associées (elles tenteront même de faire retirer leurs noms du générique – en vain). De cette expérience naît le désir de réaliser elles-mêmes leurs propres histoires. Voir le fruit de leur travail défiguré ? Plus jamais !

Les Wachowski achèvent la rénovation de la maison familiale, et se lancent à corps perdu dans le cinéma. Il faut dire qu'elles travaillent depuis deux ans sur le scénario d'une trilogie de science-fiction, dans lequel elles explorent la question du réel face au virtuel... Eh oui, c'est bien de *Matrix* qu'il s'agit !

Mais quand les Wachowski demandent à Warner Bros de réaliser elles-mêmes le film, le studio a des doutes. Sauront-elles se montrer à la hauteur ? Pour les rassurer, elles proposent de faire leurs preuves sur un premier projet, *Bound*.

Un film néo-noir dont la particularité est de mettre un couple lesbien en guise de protagonistes, sans que l'intrigue ne tourne autour de leur relation – fait extrêmement rare dans un Hollywood souvent faussement progressiste.

Les deux sœurs créent une œuvre qui ne rencontre pas un grand succès, mais suffit à convaincre Warner Bros, qui leur donne le feu vert pour *Matrix*.

La suite, vous la connaissez sans doute ! Un succès phénoménal, qui séduit les critiques autant que le public, battant tous les records de box-office, il est loué pour sa capacité à révolutionner les films d'action avec des technologies nouvelles. Mais aussi pour sa profondeur philosophique, en transposant dans un futur dystopique l'Allégorie de la caverne, que Platon décrit dans *La République*.

Oser se métamorphoser

Bien que nous ayons fait le choix de parler de Lana et Lilly en respectant leur identité de femmes, il est important de rappeler qu'à ce stade, les Wachowski n'avaient pas encore initié leurs transitions respectives, et étaient donc créditées en tant que « frères Wachowski ».

C'est pendant la production des suites, *Matrix Reloaded* et *Matrix Revolutions*,

que Larry devient Lana. À cette époque, elle traverse une profonde dépression, en grande partie liée à ses questionnements identitaires. Elle est séparée de sa première épouse, mais ne parvient pas à verbaliser les mots « transgenre » ou « transsexuel ».

Installée avec Lilly en Australie pour travailler sur les deux volets suivants de la trilogie, elle va chaque jour nager longuement, avec l'espoir désespéré de se faire percuter par un bateau, ou attaquer par un requin.

Après avoir finalement réussi à formuler en elle-même que le nœud de son mal-être venait de sa dysphorie de genre¹, Lana se sent terrorisée à l'idée de devoir l'annoncer à toute sa famille. Et s'ils la rejettent ? Comment pourrait-elle continuer à vivre, alors qu'elle place les siens au-dessus de tout ?

Lana met au point un plan avec son thérapeute, afin de procéder par étapes, pour faire une annonce progressive échelonnée sur trois ans. Après quelques semaines, sa mère, sentant que quelque chose ne va pas, se rend en Australie. Tant pis pour le plan ! Larry lui avoue qu'il a toujours été Lana. Sa mère fond en larmes, elle qui avait peur de perdre son enfant comprend qu'elle vient enfin de la rencontrer, sa fille.

Au final, toute la famille accueille avec amour cette révélation. Cependant, Lana n'apparaît publiquement sous sa nouvelle identité que des années plus tard, pour la promotion de leur film *Cloud Atlas* (2012). Lilly, quant à elle, fait sa transition en 2016, soutenue par sa sœur, comme toujours.

Toute création est transformation

Rétrospectivement, on observe que toutes leurs œuvres sont traversées par la question de la métamorphose, à commencer par *Matrix*. Lilly considère qu'en 1998, le monde n'était pas encore prêt pour accepter une métaphore sur la transidentité. Pourtant, c'est bel et bien avec cette intention que les sœurs l'ont écrit.

D'ailleurs, bien avant que les Wachowski ne fassent leur transition, des milliers de personnes souffrant de dysphorie de genre ont trouvé dans l'histoire de Thomas Anderson, le simple employé de bureau qui se transforme en Neo, le sauveur de l'Humanité, une bouée de sauvetage salutaire pour traverser leur transition.

Lilly considère que c'est précisément ce qui est si puissant avec les créations artistiques : jamais figées dans le temps, elles se transforment elles aussi à travers le regard du public selon les époques. *Matrix* peut donc être interprété comme une satire acerbe de la société capitaliste dont l'aboutissement serait l'asservissement total de l'humanité au profit des machines. Mais aussi comme la métamorphose d'un être « par défaut » qui découvre qu'il peut en réalité être qui il veut, et explorer sans limites les identités qui s'offrent à lui.

La vie et l'œuvre des Wachowski peuvent être lues comme une invitation pour tous les entrepreneurs à se demander quelle transformation est à l'œuvre en eux-mêmes ou dans leur projet, comment se rapprocher toujours plus du réel, en déchirant le voile des illusions que nous tissons, et surtout, comment accueillir l'être que nous serons demain ? Car comme le disait déjà Héraclite, bien avant Lavoisier, « Rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme ! » ☺



¹ Terme médical utilisé pour décrire la détresse d'une personne transgenre face à un sentiment d'inadéquation entre son genre assigné et son identité de genre.

PRISE DE PAROLE

PAR ESTELLE HAAS

La parole qui transforme

**PEUT-ON SE MÉTAMORPHOSER
GRÂCE AU CHOIX DE NOS MOTS ?
OUI : NOTRE PAROLE PEUT
TRANSCENDER LE LOT DES BANALITÉS
ET NOUS PERMETTRE DE MIEUX
EXPRIMER NOTRE SINGULARITÉ.**

Lorsqu'on évoque la métamorphose, on pense souvent à de grandes mues : un virage à 180°, une reconversion, un déménagement... Pourtant, la métamorphose n'est pas toujours brusque et impressionnante. Certaines sont très subtiles, et s'invitent à pas feutrés. J'en veux pour exemple le choix des mots.

Quand on échange avec de grands orateurs, on peut être surpris de découvrir que, au quotidien, leur langage est plutôt commun. Pourtant, dès qu'ils prennent la parole sur scène, la métamorphose s'opère. C'est ainsi le cas de l'ingénieur Jean-Marc Jancovici, de l'ancienne avocate et désormais comédienne Caroline Vigneaux, ou encore de l'humoriste Blanche Gardin. Ils rayonnent et captent l'auditoire.

Vous aussi, lors d'une rencontre, découvrez comment vous métamorphoser, dès les premiers mots.

« Je m'appelle Trucmuche, j'ai cinquante ans et je suis notaire »

En prise de parole, le changement d'air s'initie dès les premiers mots, à travers la sempiternelle présentation de soi. De nombreux contextes exigent que nous nous présentions, que ce soit dans notre entreprise, en soirée, lors d'un premier contact... et nous nous présentons souvent via le prisme de notre métier.

Moi-même, trop souvent je dégage mon discours de présentation sans y réfléchir. Je sais pourtant que ce "pitch" m'enferme dans une case qui ne correspond pas forcément à mon état d'esprit du moment. Voici le discours que j'ai l'habitude de débiter :

« Je m'appelle Estelle, je suis comédienne ; je codirige une compagnie de théâtre, qui s'appelle Les Allumeurs de Réverbères, dans laquelle je joue, j'écris, je chante. Et quand je ne suis pas au théâtre, j'accompagne des dirigeants politiques à la prise de parole, dans leurs communications aussi bien orales qu'écrites. »

Pourquoi ne pas explorer d'autres stratégies pour se présenter ? Pourquoi ne pas oser casser cette routine ? Nous avons tant à dire sur nous sans passer par la case « fonction professionnelle ». Non, nos forces ne se résument pas à un titre. Dire que je suis « dirigeant » révèle-t-il vraiment mes talents ? C'est une erreur trop largement partagée. Je suis peut-être le dirigeant d'une boîte en faillite, ou un simple salarié doté d'un talent caché.

Comme un voyage, explorons sept questions pour vous présenter autrement.

Je vous invite à présent à réaliser un petit exercice. Prenez un stylo, et répondez à ces questions.

- ⊙ Présentez-vous en partant de l'étymologie de votre prénom. Qu'est-ce que cela dit de vous ?
- ⊙ Notez le lieu de votre naissance. Qu'est-ce qu'il évoque ?
- ⊙ Explorez votre odorat. Quels sont vos parfums préférés ? Votre parfum d'enfance, celui qui vous réconforte ?
- ⊙ Prenez un membre de votre famille : une grand-mère, un frère... Présentez-vous en parlant d'elle ou de lui.
- ⊙ Que pensait-on de vous à l'école ? Est-ce que cela a changé depuis ?
- ⊙ Quel est votre dicton préféré ? Que dit-il sur vous ?

Meyer, l'accoucheuse-inspiratrice

En guise d'inspiration, voici un exemple qui dépose : celui d'Estelle Meyer, comédienne et chanteuse, invitée à se présenter sur le podcast *Tourista*.

« Je m'appelle Estelle, ce qui veut dire étoile. Mon deuxième prénom, c'est Geneviève. Ça m'a longtemps ennuyé de porter un nom de vieux, jusqu'à ce que je comprenne que c'était le nom de ma grand-mère, qu'on appelait Nuna. C'est à cet instant que j'ai découvert l'étymologie de Geneviève, qui veut dire "femme accoucheuse". J'aime l'idée que je peux être une accoucheuse d'autres femmes. Maintenant, j'adore ce deuxième prénom, comme une protection de cette grand-mère que j'aimais tant.

Je fais du théâtre. Petite, on disait de moi : « Elle est charmante mais on ne l'entend pas. » Plus tard, on a surtout dit : « Vous pouvez baisser un peu le volume ? » Toute ma vie, j'ai été suivie par ces remarques sur ma voix.

Je suis la troisième d'une fratrie de quatre. J'ai grandi à Melun, vers la forêt de Fontainebleau. Dans notre jardin, il y avait un arbre qui s'appelait Morgane : c'était une femme-arbre.

À 6 ans, un moucheron s'est noyé dans mon bain, je l'ai très mal vécu et j'en ai pleuré longtemps. Comme si ma peau était un peu trop fine, un peu trop exposée aux émotions. D'où ma grande sensibilité, et ce besoin de sublimation, de magie, de rituels et de rendre le monde plus doux pour y vivre. »

Cette présentation en dit beaucoup plus qu'un simple « Je m'appelle Estelle Meyer, je suis une comédienne et chanteuse de 36 ans, née à Melun ». Ses mots sont touchants, ils attisent notre curiosité. Il est tout de suite moins évident de la catégoriser socialement. Comme le disait Christian Bobin, qui nous a récemment quittés, et que je regrette déjà : « Ce qu'on sait de quelqu'un empêche de le connaître. »

Ce n'est finalement pas la présentation de soi que nous pouvons retravailler, mais notre façon de voir le monde. Alors, changeons de prisme ; rayons notre âge et explorons ce que racontent les odeurs, les lieux sacrés, et les phrases de notre enfance ! ⊙



INSPIRATION

QUE FERAIT David Bowie À MA PLACE ?

PAR JOSIANE ASMANE

ILLUSTRATION DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

DAVID BOWIE EST VOTRE PROFESSEUR DE TRANSFORMATION ! DÉCOUVREZ SA MÉTAMORPHOSE CONTINUE ET INSPIRANTE, AU CŒUR DE SON EXCEPTIONNELLE LONGÉVITÉ DANS L'INDUSTRIE MUSICALE. ADEPTE DE LA RÉINVENTION, LE CHANTEUR NOUS DONNE DES CLÉS TRANSPOSABLES À L'ENTREPRENEURIAT. LE CHANGEMENT N'A JAMAIS AUTANT SWINGUÉ QU'AVEC UNE ROCK STAR !



Né à Brixton en 1947, David Bowie a mis du temps avant de devenir une rock star mondialement connue. Sa carrière nous enseigne les lois d'une lente et profonde mutation, au cœur d'une fascinante capacité de transformation.

Le caméléon a changé maintes fois de style en une vingtaine d'albums. Toutes les vies de David Bowie nous montrent la richesse de la métamorphose dans la vie professionnelle. Le chanteur autodidacte passe d'un courant à l'autre : des Mods au début des années 60 (jeunes passionnés de jazz et d'élégance), au provocant glam rock dans les années 70, avant de tester de nouvelles influences scéniques inspirées par ses nombreuses lectures. Le changement est dans son ADN ! Découvrez comment vous en inspirer en 4 étapes.

Étape 1

Les obstacles font partie du processus

« *Nous étions une famille typique de la classe ouvrière avec sa vie rangée et monotone. J'ai su que cette vie n'était pas pour moi à 8 ans, lorsque j'ai entendu Little Richard (compositeur et interprète américain pionnier du rock'n'roll dans les années 50, ndlr). Là, c'est le déclic, la cassure. Dès lors, j'ai su que ma vie ne finirait pas dans la banlieue sud de Londres.* » David Bowie

David Bowie a passé son enfance dans la solitude. Ses tantes souffraient de schizophrénie, tout comme son demi-frère, qui se suicida après plusieurs années d'internement. D'une timidité maladive, le garçon s'est construit une autre vie grâce à la musique. À 15 ans, David Bowie forme son premier groupe, The Kon-Rads.

Il enchaîne les petits boulots, travaillant dans la publicité et tentant de percer sur la scène musicale dès l'âge de 17 ans. David Bowie va vivre onze ans de galère, marqués par des renvois de maisons de disques, des chansons qui font toutes des flops, des concerts sans public, neuf groupes de musique différents créés sans aucun succès...

Les échecs répétés lui ont permis de se créer un style musical et visuel hors norme, qu'il perfectionne jusqu'à entrer dans la lumière à la fin des années 60 avec son album *Space Oddity*. La même logique est applicable à l'entrepreneuriat : c'est parce que vous vous plantez que vous évoluez. Tester de nouveaux lancements, des offres, des méthodes de travail permet d'améliorer votre activité. L'entrepreneuriat est rempli d'ajustements et de plans B. Certains entrepreneurs vont jusqu'au pivot pour réorienter l'entreprise vers une nouvelle stratégie.

ASTUCE DE PRO

Au début de sa carrière, la romancière anglaise J. K. Rowling collectionnait les lettres de refus des éditeurs. Elle avait pris l'habitude de les afficher sur le mur de sa cuisine, le manuscrit d'Harry Potter ayant été refusé des dizaines de fois ! Cette méthode lui a donné du courage pour persévérer, parfaire son style et exploser le moment venu.

Étape 2

La métamorphose comme exploration de soi

« *Je ne fais pas de changements pour confondre qui que ce soit. Je cherche juste. C'est ce qui me fait changer. Je suis juste à la recherche de moi-même.* » David Bowie

Lorsqu'il débute dans la musique, Bowie ne sait pas qui il est. Cette introspection constante l'aide à observer toutes les facettes de sa personnalité avec son art et sa musique. Le chemin entrepreneurial permet lui aussi de mieux se connaître.

Le voyage compte plus que la destination. Tout le monde ne se lance pas dans l'entrepreneuriat avec une mission de vie claire et précise dès le début.

Bowie nous montre l'aspect positif du changement, sans heurts ni fracas, mais comme une façon de faire connaissance avec soi-même. Sa quête permanente de lui-même le maintient dans une volonté de créer quelque chose de nouveau. Nous sommes toujours en construction.

Le changement vous fait peur ? Commencez par implémenter quelques nouveautés dans votre activité. L'A/B *testing* permet par exemple de changer une variable d'un contenu et de mesurer son efficacité. Cela peut être un élément de fond comme sur la forme. Une pratique simple pour évoluer en douceur au quotidien, sans bouleversement.

Et s'il était facile de se transformer ? Si vous pouviez changer une chose, dès demain, quelle serait-elle ?

Étape 3

Évoluer en continu, doucement mais sûrement

« *J'ai passé toute mon adolescence à adopter plusieurs personnalités, à changer de style.* »

David Bowie

S'il a mis du temps à se chercher, David Bowie en a aussi pris pour se réinventer. Un long processus d'invention sur plusieurs décennies. En somme, la métamorphose a duré toute sa vie ! bercé par de multiples influences, le chanteur s'est nourri de ses passions pour l'art, le théâtre, le mime, la danse et le design. Peintre à ses heures perdues, il était également acteur au cinéma et producteur de musique.

Observer les entrepreneurs qui vous captivent : qu'avez-vous envie d'adopter d'eux ? Aller vers ce qui nous inspire est une belle façon d'éclore et de changer. La transformation peut être lente et continue. En douceur, les changements opèrent tout aussi bien.

Étape 4

Le changement est l'essence de l'art entrepreneurial

« *Vous ne pouvez pas rester figé sur un point pendant toute votre vie.* »

David Bowie

Faire un tube, c'est bien. Créer une carrière sur plusieurs décennies, c'est mieux ! Pour cela, l'artiste, comme l'entrepreneur, est constamment obligé d'évoluer, dans sa manière de créer et d'agir. Une condition essentielle pour durer sur le long terme. Sa capacité à se réinventer constamment dans son art et dans sa musique a fait le succès de David Bowie. C'est même devenu sa marque de fabrique, expérimentant de nombreux registres musicaux comme le glam rock, la soul, le disco, la new wave...

Changeant régulièrement de doubles fictifs (ses avatars), il invente des personnages tels que Ziggy Stardust, Aladdin Sane et The Thin White Duck dans les années 70. Cette métamorphose constante lui permet d'innover dans ses créations (et de bien s'amuser sur scène avec des tenues improbables à paillettes).

Comme David Bowie, votre longévité entrepreneuriale dépend de votre résistance au changement. Et si vous pouviez changer facilement, qu'aimeriez-vous laisser derrière vous ? Personne ne vous oblige à être la même personne toute votre vie ! Vous pouvez varier les rôles. Se débarrasser des étiquettes allège l'esprit. C'est aussi inspirant pour les autres, qui voient en vous la possibilité du changement positif. Tout le monde y gagne !

ASTUCE DE PRO

Vous faites partie des entrepreneurs anciennement addicts au travail ? Vous pouvez quitter cette identité qui n'est plus la vôtre. C'est ce que conseille l'auteur et docteur américain Joe Dispenza dans son livre *Rompre avec soi-même, Pour se créer à nouveau* : se libérer des anciennes identités pour tendre vers un autre mode, par exemple, celui d'un entrepreneuriat plus sain et serein.

Changer pour changer ? Aucun intérêt ! Tout est une question d'équilibre. Et de permission. S'autoriser à le faire quand on l'estime nécessaire ou bénéfique pour avancer. Pourquoi ? Parce que la vie est en perpétuel mouvement. Il y a toujours une expérience à vivre qui promet de vous transformer et de vous enrichir. Oncle Bowie vous le promet : un artiste est toujours en devenir. Les entrepreneurs sont eux aussi des espèces mutantes. ☉



PAR IAN BENEDICT

Peu connu hors du Brésil, Raul Seixas était un chanteur contestataire et anticonformiste qui, à travers ses chansons, faisait une critique acerbe de la société brésilienne des années 70, sous la dictature.

Dans *Metamorfose Ambulante* (extrait de l'album *Krig-ha, Bandolo !* sorti en 1973), Seixas se dépeint comme un être en perpétuel changement, qui ne se fixe jamais, par peur de se fossiliser dans des opinions préconçues. Éloge de l'impermanence sur fond de mélodie folk et hippie, la chanson nous incite à embrasser notre nature changeante, nos avis qui évoluent, quitte à devenir contradictoires. Bref, à devenir aussi des métamorphoses ambulantes ! Voici une sélection des paroles originales et leur traduction. ©

MORCEAU CHOISI

RAUL SEIXAS - METAMORFOSE AMBULANTE

Prefiro ser essa metamorfose ambulante

Je préfère être cette métamorphose ambulante

Do que ter aquela velha opinião formada sobre tudo

Que d'avoir cette vieille opinion formée sur tout

Eu quero dizer agora o oposto do que eu disse antes

Maintenant je veux dire le contraire

de ce que je viens de dire

Sobre que eu nem sei quem sou

Sur le fait que je ne sais même pas qui je suis

É chato chegar a um objetivo num instante

C'est pas drôle d'atteindre son objectif en un instant

Eu vou desdizer aquilo tudo que eu lhe disse antes

Je vais désavouer tout ce que j'ai dit avant

je préfère être
cette métamorphose

am

que

opi

ma

je

le

je

ce

re

is

le

on

un

nt

uer

tout ce que j'ai
dit avant

GALERIE

PAR MAUREEN DAMMAN

ENTREPRENEURS- PHŒNIX

Tout plaquer pour mieux voler

JESSICA, AGNÈS, OLIVIER, NATACHA ET GEORGIOS ONT
QUELQUE CHOSE EN COMMUN : ILS ONT EU BESOIN DE TOUT
RECOMMENCER, ET L'ONT FAIT AVEC SUCCÈS ! POUR ODYSSÉES,
ILS RACONTENT LEURS PARCOURS DE RECONVERSION.

Vous connaissez peut-être *Bartleby*, une nouvelle contenue dans un recueil de contes d'Herman Melville. Dans cette œuvre, l'employé profère sans cesse « *je préférerais ne pas le faire* » à toutes les demandes de son supérieur. Ce livre peut être lu comme un aveu, celui de l'employé aliéné qui n'arrive pas à transmuter, à se reconverter, à s'affranchir de ce que l'on attend de lui. Pourtant, se reconverter, c'est aussi oser mettre ses valeurs en accord avec son travail. Selon un sondage réalisé en partenariat avec le CSA en janvier 2021 auprès de 1 600 actifs français, un actif sur cinq est actuellement dans « *un processus de reconversion professionnelle* ». La proportion monte à 30 % chez les indépendants et entrepreneurs, 34 %

chez les jeunes de 18 à 24 ans et 35 % pour les personnes sans emploi. C'est à peu près un tiers des actifs du monde du travail qui semble en transmutation – ou en éclosion pourrait-on dire –, sans compter ceux qui y songent, adeptes de la démission silencieuse et des « *side projects* », les fameux projets menés en parallèle.

Les entrepreneurs dont nous avons choisi de vous parler ont des personnalités, des valeurs et des parcours différents. Certains ont décidé de se reconverter pour évoluer dans un tout autre univers, tandis que d'autres continuent d'œuvrer dans le même domaine, tout en empruntant un chemin différent. Nous débiterons ces rencontres avec Jessica Troisfontaine, ancienne avocate en droit international qui a « *accouché dans une certaine*

douleur » de Septem, une marque de vêtements pour femmes qui ont besoin d'une armure. Ensuite, c'est au tour d'Agnès Zuccali d'expliquer sa conversion aux sentiers de la nature, passant de directrice en centre de loisirs, à paysanne-herboriste dans le Larzac. En duo, ou plutôt en couple, nous retrouverons Natacha Blanchart, ancienne collaboratrice dans la politique locale, et Giorgios Maillis, architecte ; ensemble, ils ont ouvert une boulangerie en accord avec leurs idéaux. Enfin, nous laisserons la place à Olivier Heissler, qui a quitté une chaîne hôtelière pour créer Gravel Up, un projet de tourisme à vélo à la fois local et écologique. Qui sait, leurs parcours inspirants vous donneront peut-être l'envie de faire le grand saut professionnel !

Jessica Troisfontaine, fondatrice de Septem Paris

« C'était un rêve que je caressais depuis mes douze ans, celui de devenir avocate en droit des affaires », évoque Jessica Troisfontaine avec nostalgie. Pourtant, elle est aujourd'hui à la tête de Septem, une marque de prêt-à-porter pour les femmes et un média qu'elle a fondé en 2018. Pourquoi avoir choisi ce nom, Septem ? D'abord parce qu'elle propose des tenues – les combinaisons étant à l'honneur – qui habillent les femmes chacun des sept jours de la semaine (les premières collections étaient même construites comme des semainiers). L'autre raison, tout aussi marquante, est qu'elle a claqué la porte au métier d'avocate le 7 septembre 2017, et visiblement pour toujours.

Avant cela, Jessica n'avait jamais rien « lâché », toujours persévéré. Sans doute cultivait-elle le syndrome de la bonne élève qui anime certaines d'entre nous – surtout les femmes qui évoluent dans un milieu très compétitif. Pourquoi a-t-elle renoncé à ce métier qui, malgré tout, avait son lot d'avantages (surtout financiers) ? La réponse est sans appel : l'épanouissement n'était pas là, et cela depuis le départ. À 12 ans, Jessica se rêvait avocate. Pourtant, elle déchantait dès sa première année de droit : elle pressentait, au fond d'elle, que ce n'était pas dans ce métier qu'elle s'épanouirait. Son « tempérament autruche », comme elle se plaît à le répéter, l'avait pourtant jusque-là protégée.

Après sa démission, elle décide de

rebattre les cartes et bénéficie d'un coaching professionnel. Une expérience salvatrice, car Jessica se sent poussée dans ses retranchements, autant sur le plan psychologique que professionnel. C'est alors que se pose le dilemme cornélien : veut-elle travailler dans le domaine de la « food » ou celui de la « mode » ? Elle opte finalement pour cette seconde voie. Elle se met à lire des tonnes de livres sur tous les aspects qui concernent le lancement d'une marque dans la mode, avec « *tout l'entrain et la naïveté que j'avais nourris, et l'argent que j'avais accumulé sans avoir le temps de le dépenser* ». Cette transition radicale ne s'est pas faite sans difficulté. Pendant trois ans, Jessica a eu l'impression « d'être une fraude ». Mais la constitution d'une clientèle extrêmement fidèle, la reconnaissance par la presse et une thérapie chez un psychologue ont finalement eu raison de son syndrome de l'imposteur. À travers ses vêtements, Jessica souhaite donner un certain « *empouvoirement* », pour reprendre le terme de la philosophe Adèle Van Reeth. Lorsqu'elle évoque la création de Septem, elle parle d'un « *accouchement dans une certaine douleur* », certes, mais l'épanouissement est aujourd'hui au rendez-vous, autant d'un point de vue professionnel que personnel. « *Le travail que je me suis construit me passionne au quotidien et je parviens, dans les périodes moins chargées, à reprendre du temps pour moi, et à lire jusqu'à un livre par semaine.* » Une vie d'équilibre entre la vie professionnelle et personnelle, en somme.



Jessica Troisfontaine

www.septem-paris.com

Ancien métier : avocate en droit des affaires internationales

Nouvelle activité : créatrice de Septem, une marque de prêt-à-porter et un média pour aider les femmes à « prendre le pouvoir » sur leur vie

Sa phrase : « Les idées qu'on ne met pas en pratique, soit on les regrette, soit on les idéalise »



C'est très en vogue dans les milieux urbains d'acheter en direct chez le producteur, ça l'est moins dans les milieux ruraux où il faut se faire un trou, souvent parmi de grosses exploitations.

Agnès Zuccali, fondatrice des jardins d'Altou

À Sorbs, dans l'Hérault, vit une famille heureuse en pleine nature. Celle d'Agnès Zuccali, qui a sauté le fameux pas de « tout quitter pour s'installer dans le Larzac ». Agnès est tombée amoureuse de la nature en passant une partie de ses vacances en Ariège. « Mais difficile de partir s'isoler à la campagne quand on a 20 ans », nous précise-t-elle.

Chaque été, en parallèle de ses études en communication et en herboristerie, Agnès gagne sa vie en tant qu'animatrice en centre de loisirs. Elle s'épanouit peu à peu au contact des enfants et décide de devenir animatrice à temps plein. Des opportunités s'offrent à elle et dix ans passent sans qu'elle enterre pour autant son projet de vie en lien avec l'herboristerie, et plus proche de la terre. Un jour, elle rencontre Jullian. Ils ont le même projet de vie et l'opportunité d'acheter une maison dans le Larzac, avec suffisamment de terrain pour cultiver le fameux jardin d'Altou. Mais le choix de la transition vers ce mode de vie ne s'est pas fait sans encombre : pour financer ce projet sans crédit, ils ont dû cumuler les missions d'intérim, comme manutentionnaire pour Agnès, et comme hôte de caisse pour son conjoint, en parallèle de son travail de graphiste.

Aujourd'hui, les jardins d'Altou fêtent leurs 3 ans. Si elle commence à gagner de l'argent, le projet ne permet pas encore à Agnès d'en vivre, et elle doit sans cesse faire ses preuves dans un univers très fermé : « C'est très en vogue dans les milieux urbains d'aller chez un herboriste ou d'acheter en direct chez le producteur, ça l'est moins dans les milieux ruraux où il faut se faire un trou, souvent parmi de grosses exploitations. » Aujourd'hui, Agnès vit au rythme des saisons, réussit à décrocher grâce à ses deux enfants, avec qui elle ne peut s'empêcher de faire quelques cueillettes en balade. Elle a appris à se vendre et à vendre ses produits, à composer avec les caprices de la plante, et à se diversifier comme un jardin en permaculture. Ainsi, elle organise des ateliers thématiques et des animations autour de la plante ! Attention, rappelle-t-elle, elle a cependant dû abandonner le confort et la proximité de la ville (la première ville de 7 000 habitants est à plus de quarante minutes de voiture). Mais cet inconvénient laisse devant lui de nombreux avantages : celui d'être animée par un projet qu'elle a construit de bout en bout, celui d'être avec ses enfants quand elle en a envie, celui d'être transcendée par tous ses projets et qui font naître en elle une énergie incroyable. Celle qui vient quand on choisit ses contraintes. C'est sans doute une belle définition de la liberté que d'être moins dépendant de ses revenus financiers.



Agnès Zuccali
www.lesjardinsdaltou.fr

Ancien métier : animatrice puis directrice auprès d'enfants en centre de loisirs

Nouvelle activité : paysanne, herboriste spécialisée en culture de plantes aromatiques et médicinales, fabrication de tisanes, mélanges aromatiques et confitures

Sa phrase : « Ce n'est pas parce que c'est difficile qu'on n'ose pas, mais parce que l'on n'ose pas que c'est difficile »



Natacha Blanchart et Georgios Maillis, fondateurs de Levures Sauvages

Natacha Blanchart et Georgios Maillis ont évolué tous deux, d'une certaine manière, dans la politique. Natacha était collaboratrice au Parti socialiste dans le cabinet ministériel de Paul Magnette, jusqu'à ce que le parti soit exclu de la majorité. Georgios était et est toujours (le temps de finir son mandat) *bouwmeester* à Charleroi, en Belgique – un terme flamand qui désigne le grand manitou du plan architectural de la ville.

« Autour de nous, tout le monde faisait son pain, un levier politique et social criant de vérité, et on avait envie de devenir boulangers », affirment-ils. Le projet se dessine dans leur esprit et ils ambitionnent d'ouvrir leur propre boulangerie. Avant de se lancer, ils réalisent quelques stages immersifs chez un boulanger qui finit par leur céder son affaire au Terril du Martinet, un ancien site minier. « Cela faisait sens de construire un projet nourricier sur un lieu où l'on avait appauvri la terre ».

Natacha en est persuadée, aucune rencontre n'arrive par hasard. Lorsque le couple fait la connaissance de Luc Boulet, maître boulanger et cofondateur de la maison Kayser, une chaîne de boulangerie implantée dans le monde entier, ils y voient un signe. « On n'était pas boulangers, mais on cherchait à renouer avec ce savoir traditionnel. On a réussi à convaincre Luc de rentrer s'installer à Bruxelles avec sa femme, Cong Liu, pour travailler dans notre boulangerie ». Ensemble, ils créent Levures Sauvages, une boulangerie alternative, qui est aussi un pôle de transformation de



Ancien métier : Natacha était collaboratrice au Parti socialiste de Charleroi et Georgios était architecte (il l'est toujours en parallèle de sa nouvelle activité)

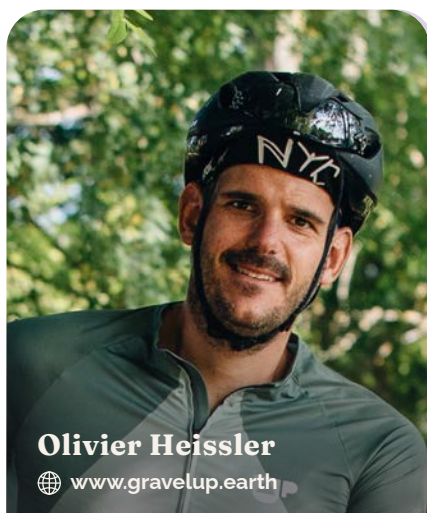
Nouvelle activité : boulangerie biologique et semences paysannes, accompagnateurs de projets en transition

Leur phrase : « Manger, c'est voter trois fois par jour », inspirée de Florent Ladeyn, chef à la tête de trois restaurants à Boeschepe et Lille, qui affirme que « consommer local pour ses repas, c'est voter trois fois par jour »



**Cela faisait sens
de construire un
projet nourricier
sur un lieu où l'on
avait appauvri
la terre.**

blé paysan. Aujourd'hui, Natacha et Georgios portent fièrement leur projet qui, « du blé à la mouture, jusqu'à la cuisson, est irréprochable sur le plan politique, écologique et idéologique ». Toute la boulangerie est pensée de manière écologique, et même la chaleur de leur four à bois, une source d'énergie généralement perdue dans les boulangeries, sert ici à chauffer le bâtiment ! « Il n'y a pas de perte, c'est un circuit, un cycle », dit fièrement Natacha. À quoi ont-ils renoncé en quittant leurs métiers ? « À rien », nous assure Natacha, « Manger, c'est voter trois fois par jour ». L'ivresse est la même qu'en politique, et le couple semble toujours animé par le même feu sacré. Une reconversion de plus vers les métiers traditionnels et manuels, qui ont le vent en poupe en ces temps de frugalité.



Olivier Heissler

www.gravelup.earth

Ancien métier : divers postes de direction au Club Med

Nouvelle activité : cofondateur de Gravel Up, des aventures à vélo Gravel

Sa phrase : Olivier cite Hunter S. Thompson, un journaliste américain : *« La vie ne doit pas être un voyage en aller simple vers la tombe, avec l'intention d'arriver en toute sécurité dans un joli corps bien conservé, mais plutôt une embarquée dans les chemins de traverse dans un nuage de fumée, de laquelle on ressort usé, épuisé, en proclamant bien fort : quelle virée ! »*



Olivier Heissler, cofondateur de Gravel Up

« En un an et demi en tant qu'entrepreneur, j'ai certainement appris plus qu'en quinze ans de carrière, car je travaille véritablement sur tous les fronts », nous raconte Olivier Heissler, cofondateur de Gravel Up, une entreprise qui organise des expéditions guidées à vélo, hors des sentiers battus. Olivier a roulé sur les parcours classiques d'école de commerce, en commençant sa carrière par un an et demi en conseil chez Accenture, un cabinet réputé. Mais c'est pour les hôtels Club Med qu'il prend son envol en 2008, d'abord en tant que directeur administratif et financier dans les Alpes. Homme de terrain, il devient en 2012 directeur de Village dans huit pays différents. En 2014, Olivier est promu au siège situé à Miami, puis à celui de Shanghai où il évolue lentement dans les ressources humaines jusqu'en 2018. À ce moment de sa vie, il est perdu sur le plan professionnel et décide de se faire accompagner par un coach pour faire le point. Olivier se rend alors compte qu'il souhaite entreprendre dans le sport, sa véritable passion. Mais il ne se sent pas de le faire seul. Nous sommes en mai 2019, il reste au Club Med et a l'opportunité de rentrer à Paris pour un emploi très administratif, qui ne convient pas du tout à un esprit d'aventure comme le sien.

Avec Jean Baptiste Le Blan, un ami, ils se mettent à faire des treks à vélo sur leur temps libre, plus particulièrement du Gravel, un type de vélo « qui est au cyclisme, ce que le trail est à la course

sur route », précise-t-il. Ils partent régulièrement tous les deux en séjours nature et aventure, ce qui suscite la curiosité de leur entourage, qui leur demande comment ils organisent leurs escapades. L'idée fait alors son chemin : « Avec Gravel Up, on veut proposer une autre façon de voyager, plutôt que d'envoyer des charters de touristes. » En compagnie d'un autre associé, Aurélien Lantoine, un ami d'aventure à vélo rencontré à Shanghai, ils sont rapidement intégrés à Outdoor Sports Valley, l'incubateur de startups à Annecy. Après un an d'activité, l'entreprise compte quinze expéditions vers cinq destinations, et une centaine de clients, tous rentrés de leur voyage avec l'ambition de recommencer une aventure Gravel Up dès qu'ils le peuvent. Olivier rappelle tout de même que l'aventure entrepreneuriale est un peu comme une montagne à gravir à vélo : « L'énergie consommée est folle, il faut beaucoup de réseau et de mises en relation pour parvenir à gravir le dénivelé. » Malgré tout, il décrit le milieu des sports d'extérieur comme bienveillant, et semble plus épanoui que jamais : « On ne pourrait pas être plus heureux de ce qu'on a créé, et de la liberté qu'on s'est offerte ». Prises de risques et liberté semblent souvent s'accorder ! ☺



Revue de presse

express

EN APARTÉ

ILLUSTRATIONS DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

NOUS AVONS TRAQUÉ LES MÉTAMORPHOSES RAPPORTÉES PAR LA PRESSE D'ACTUALITÉ. IL Y AURAIT DE QUOI REMPLIR *ODYSSÉES*, MAIS NOUS AVONS PRÉFÉRÉ VOUS EN SÉLECTIONNER CINQ.

SAVOUREUSE

Jolie métamorphose pour l'ancien quartier des femmes de la prison des Baumettes à Marseille, et superbe initiative entrepreneuriale d'insertion :

le restaurant Les Beaux Mets, où travaillent des détenus en fin de peine, accueille désormais le public tous les midis de la semaine.

www.lesbeauxmets-marseille.fr

INSPIRÉE

« L'entrepreneur, dans sa volonté de métamorphoser le monde de demain, en réalité se métamorphose lui-même. »

La formule est d'Abderhaman Nour Ebad, cofondateur de NAALI, qui cartonne avec ses produits de bien-être à base de safran rouge. Il s'exprimait lors de la dernière édition du BIG, le rendez-vous annuel des entrepreneurs de BPI France, justement consacré à la métamorphose.

LABORIEUSE

« Plurielle, affranchie de l'entreprise, la "valeur travail" se métamorphose »,

analyse *Le Monde* après avoir rencontré des personnes ayant décidé d'abandonner le salariat. OK, ce n'est pas le scoop du siècle, mais à *Odyssées* on aime bien lire des choses comme ça. D'ailleurs, on en a fait un magazine.

RÉVERSIBLE

Il s'appelle Bruno Thierry, et il est tantôt entrepreneur dans l'Eure, tantôt clown

en Normandie, au festival international de Monaco ou encore au Barnum & Bailey de New York. Cette alternance, qui dure depuis vingt-cinq ans, contribue à son équilibre, assure-t-il.

MUSICALE

Christine & The Queens devient donc Redcar,

« à genrer au masculin », a précisé l'artiste. *Le Figaro*, un rien grognon, y voit un « concept marketing ». Nous y décelons plutôt le souci de ne pas se laisser enfermer dans un positionnement étouffant. Les entrepreneurs n'auraient-ils pas, eux aussi, intérêt à s'interroger de temps à autre sur leur identité ?



Life doesn't
fight me
at all

goddess

not at all
not at all

ENTREPRENEURES D'EXCEPTION

Maya Angelou

LA POÉTESSE QUI N'A PAS PEUR DE CHANGER DE VIE

LE CHANGEMENT VOUS EFFRAIE ? DÉCOUVREZ LE PARCOURS DE MAYA ANGELOU, POÉTESSE ET ROMANCIÈRE QUI N'A CESSÉ DE SE RÉINVENTER AU COURS DE SES MILLE ET UNE VIES. UN DESTIN ROMANESQUE, MARQUÉ PAR LE COURAGE D'ÊTRE SOI ET DE SURMONTER LES ÉPREUVES DE L'ENTREPRENEURIAT.

Maya Angelou n'a cessé de se métamorphoser dans sa vie professionnelle. Elle a été romancière, essayiste, poétesse, actrice, danseuse, militante, conseillère de Martin Luther King, conductrice de bus, professeure d'université, scénariste, productrice et documentariste. Son parcours nous révèle que se transformer, c'est aussi devenir. À tous les aspirants entrepreneurs, ou ceux qui le sont déjà, Maya Angelou va vous donner le courage d'endosser tous les (fabuleux) rôles de votre vie. Partie de rien, elle est devenue l'une des femmes afro-américaines les plus connues et les plus lues au monde. Autodidacte, elle ne se laisse jamais abattre, même devant les pires épreuves. Parce que nous sommes constamment en chemin, son destin unique nous invite à cultiver la confiance en la vie et en l'inconnu. Car oui, ce dernier fait aussi partie de l'aventure !

Une enfance traumatisante

Née en 1928 à Saint-Louis dans le Missouri, Maya Angelou grandit à Stamps, un petit village en Arkansas, au cœur de l'Amérique ségrégationniste. À 8 ans, elle est violée par le nouveau compagnon de sa mère. L'homme est assassiné après avoir été dénoncé par la jeune enfant. Persuadée que sa parole peut tuer, Maya décide alors de ne plus

parler pendant des années. Enfermée dans le mutisme, la petite fille dévore les livres de poésie. Elle retrouve la parole cinq ans plus tard, en voulant déclamer des poèmes. Elle racontera son histoire dans *Je sais pourquoi chante l'oiseau en cage*, un premier roman autobiographique publié en 1969 et au succès immédiat.

Métamorphoses professionnelles

Mais les difficultés s'enchaînent. À 18 ans, Maya Angelou est mère célibataire. Pour sortir de la précarité, elle enchaîne les emplois, devenant tour à tour conductrice de tramway, cuisinière, entraîneuse de bar, danseuse et chanteuse. Elle redouble d'efforts et d'énergie pour trouver des sources de revenus et se sortir de situations difficiles.

En tant qu'entrepreneur, vous faites chaque jour face à un lot d'obstacles qui paraissent insurmontables. Mais, comme Maya Angelou, vous saurez toujours vous tirer d'affaire. Se (sa)voir capable de rebondir donne confiance en soi.

Conseillère de Martin Luther King

Installée à Harlem, Maya Angelou assiste à la conférence d'un pasteur qui l'impressionne. Son nom ? Martin Luther King. Pour l'aider, elle crée une revue musicale, *Cabaret for Freedom* (« Cabaret pour la liberté ») et lui reverse les bénéfices des

ventes des spectacles. Elle devient par la suite sa conseillère, et milite pour le mouvement des droits civiques américains. Son engagement la conduira également durant les années 60 à œuvrer aux côtés de Malcolm X (militant politique et défenseur des droits des Afro-Américains).

Le 4 avril 1968, jour de l'anniversaire de Maya, Martin Luther King est assassiné. Moins d'un an plus tard, Malcolm X l'est à son tour. La poétesse est dévastée. Son chagrin est si grand que pendant plusieurs années elle ne fêtera plus son anniversaire.

Dans son poème *Still I rise*, (« Toujours je m'élève »), elle nous invite à ne jamais nous laisser abattre, même devant les plus grands drames.

Un extrait du poème : « *Vous pouvez me rabaisser pour l'Histoire / Avec vos mensonges amers et tordus, / Vous pouvez me traîner dans la boue / Mais comme la poussière, je m'élève encore.* »

Se réinventer, même dans l'adversité

Au début des années 70, Maya Angelou se lance dans une période de production intense, rédigeant des articles, des scénarios, des pièces de théâtre, jouant dans des films et enseignant à l'université. En 1971 sort son premier recueil de poésie, *Just Give Me a Cool Drink of Water 'Fore I Diiie*. Nouveau succès littéraire.

Malgré toutes les épreuves qu'elle a connues depuis l'enfance, elle continue d'avancer : « *Vous pouvez rencontrer de nombreuses défaites, mais vous ne devez pas être vaincu. En fait, il est nécessaire de subir des échecs afin de savoir qui vous êtes, de quoi vous pouvez sortir, comment vous pouvez encore en sortir.* »

En tant qu'entrepreneur, votre résilience porte un message d'espoir et de courage envers les autres. Parce que la métamorphose est aussi une quête

intérieure, Maya nous montre que l'entrepreneuriat est un cheminement vers soi. Cultivez votre habilité à vous réinventer. Votre chemin d'entrepreneur est constitué de multiples vies possibles, comme celles de Maya Angelou. Son mantra ? « Essaye d'être un arc-en-ciel dans le nuage d'autrui. »

L'aventure entrepreneuriale secoue. Les revers sont nombreux, les remises en question aussi. Comment y faire face au quotidien ? Voici le conseil de Maya Angelou : « *Si vous n'aimez pas une situation, changez-la. Si vous ne pouvez pas la changer, alors changez votre attitude.* » Quel comportement souhaitez-vous adopter devant les tribulations entrepreneuriales ? Ceci est en votre pouvoir.

Le courage d'être soi

La vie de Maya Angelou est un roman. Pas étonnant qu'elle en ait fait des livres ! Son autobiographie en 7 volumes rend compte de toutes ses aventures (et mésaventures) sur les plans personnel et professionnel. Coups de foudre, divorces, médailles d'honneur, prostitution, etc. Cette mère célibataire ayant quitté le domicile familial et partie travailler à 18 ans a depuis reçu des dizaines de prix et de diplômes honorifiques. Quel chemin parcouru par cette ancienne conductrice de tramway !

« *Il arrive fréquemment qu'on me demande comment je suis devenue qui je suis. Comment née noire dans un pays de Blancs, pauvre dans une société où la richesse est admirée et recherchée à tout prix, femme dans un environnement où seuls de grands navires et quelques locomotives sont désignés favorablement par l'emploi du pronom féminin, comment suis-je devenue Maya Angelou ?* »

Devenir, c'est accepter d'aller à la rencontre de soi, y compris des parts les plus sombres. Changer,

Vous pouvez rencontrer de nombreuses défaites, mais vous ne devez pas être vaincu. Il est nécessaire de subir des échecs afin de savoir qui vous êtes, de quoi vous pouvez sortir, comment vous pouvez encore en sortir.

c'est aussi embrasser tout ce qui nous constitue. À travers son parcours, Maya Angelou nous montre le courage d'être soi. L'aventure entrepreneuriale est une expérience de transformation. Derrière la métamorphose, il y a le pari de se lancer vers l'inconnu. La prochaine offre trouvera-t-elle sa demande ? Combien de temps l'entreprise sera-t-elle rentable ? Personne n'a les réponses à ces questions. Être toujours en mouvement est une forme d'émancipation.

En 1988, la célèbre poétesse a 60 ans. Loin d'elle l'idée de prendre sa retraite ! Elle continue d'écrire et de se produire sur scène en récitant ses poèmes et en donnant des conférences. Son charisme illumine les foules, son humanisme inspire le monde, elle est élevée au rang d'icône de l'Amérique. En 1993, Bill Clinton lui commande un poème à lire pour sa cérémonie d'investiture à la présidence. Elle interprète alors *On the Pulse of Morning*.

L'apprentissage essentiel au changement

Se métamorphoser, c'est aussi évoluer dans un monde qui bouge. Maya Angelou a vu un siècle entier muter, marqué par de grands mouvements politiques et sociaux. En dépit d'une histoire personnelle tragique, elle a su accompagner le changement et le créer par ses mots et son engagement.

La vie de Maya Angelou se conjugue forcément au pluriel, tant elle est multiple. Son parcours nous révèle toutes les possibilités du devenir. Son courage dans l'adversité est un exemple pour tous les entrepreneurs qui veulent aller de l'avant. Pour cela, il faut accepter de ne pas anticiper les formes que revêt la métamorphose. La vie réserve toujours de belles surprises. ☺



PAR JOSIANE ASMANE
ILLUSTRATION DE LUCIE BARTHE-DEJEAN

CONTE PHILOSOPHIQUE

Orfeo l'asticot



PAR IAN BENEDICT
ILLUSTRATIONS DE
LUCIE BARTHE-DEJEAN

**DUR DUR DE S'ÉPANOUIR
QUAND ON EST UNE
LARVE D'INSECTE VOLANT
PARMI LES VERS DE
TERRE. TOUT POÈTE QU'IL
SOIT, ORFEO VA DEVOIR
PASSER PAR PLUSIEURS
TRANSFORMATIONS
PROFESSIONNELLES
AVANT DE TROUVER
FINALEMENT SA PLACE
DANS L'ÉCOSYSTÈME !**

Bien au chaud dans son œuf-monde, Orfeo rêvait de toutes ses vies futures et passées. Il avait tout été, tout vécu, tout connu. Et pourtant, il n'avait jamais cessé de s'émerveiller à chaque nouvelle existence. Dans chaque vie, il recueillait un grand degré de sagesse. Puis, il se relançait dans l'incroyable cycle des incarnations, et voyait sa mémoire balayée tel un dessin sur le sable en bord de mer.

Pour sa prochaine vie, Orfeo sentait un puissant appel aérien. Au creux de son œuf-monde, des sensations de loopings, de piquets et d'atterrissages sur toutes sortes de surfaces jaillissaient. Après ses multiples existences, il se voyait bien travailler dans le recyclage, pour offrir de nouveaux départs à la matière. Orfeo était si pressé de sentir à nouveau la chaleur du soleil qu'il commença à fendre sa coquille.


Mais au lieu de voir la lumière s'immiscer par les brèches de son œuf-monde, Orfeo ne vit que ténèbres. Pire encore, des particules de terre entraient à mesure qu'il frappait la coquille avec sa tête. Lorsque Orfeo tenta d'en agrandir le trou pour s'échapper, il découvrit qu'il n'avait pas de mains, ni de bras, pas plus que de jambes ou de pieds. Et pour cause : Orfeo était une larve.

Lorsqu'elle aventura le bout de son museau hors de sa coquille, notre jeune larve sentit qu'elle se trouvait dans un

milieu dense et obscur. Orfeo entendit comme un grouillement, et se décida à le suivre. Se creusant un passage à travers l'obscurité de la terre, il finit par tomber sur une galerie souterraine. En suivant le long couloir, il arriva sur un gigantesque chantier, véritable dédale de galeries et de racines. Un ver-ouvrier qui passait par là lui demanda s'il s'était perdu, avant de le conduire dans une pouponnière où de nombreux petits vers s'agitaient dans tous les sens.

Le ver-ouvrier confia Orfeo au ver-maitre qui s'efforçait comme il pouvait de maintenir l'ordre. Bien qu'intimidé au départ, Orfeo se jeta rapidement dans la mêlée, et après quelques heures, ce fut comme s'il avait toujours appartenu à ce groupe. Il se lia d'amitié avec Verdi, un drôle de lombric qui avait trois passions dans la vie : faire des blagues, creuser des trous, et faire des blagues en creusant des trous.

Orfeo passa toute la première période de son stade larvaire dans l'insouciance la plus totale, avec sa bande de lombrics. Dans sa classe, tout le monde se destinait à devenir ingénieur ou ouvrier – il est important de préciser que, chez les vers, il n'y a aucune différence hiérarchique entre ces deux statuts. Les ingénieurs se chargeaient d'établir les plans des zones à creuser, et les ouvriers s'occupaient de creuser les tunnels. Orfeo, lui, s'en fichait. En son for intérieur, il rêvait toujours de voler haut dans le ciel.



Orfeo avait l'impression d'être bloqué à sa première escale, sans espoir d'atteindre jamais la destination finale. Ses collègues n'étaient pas méchants, mais aucun n'avait vraiment fait l'effort de l'intégrer – et au fond, Orfeo ne le souhaitait même pas.

Revers pour une larve

Les années passèrent. Orfeo finit par quitter l'école pour commencer à travailler en tant qu'ouvrier : il avait atteint son second stade larvaire. Avec Verdi, ils s'amusaient à faire des courses pour savoir qui creusait le plus rapidement, et passaient leur temps à se faire des blagues – Verdi aimait particulièrement apparaître de nulle part pour surprendre son ami !

Le travail n'était pas compliqué : créer toujours plus de tunnels, afin de permettre à la terre d'être plus poreuse. Cependant, il s'agissait d'un effort intense, qu'Orfeo peinait de plus en plus à fournir. Il faut dire que sa croissance était quelque peu étrange : contrairement à Verdi qui s'étirait à vue d'œil, Orfeo, lui, restait de petite taille. Il avait certes gagné un peu en volume, mais certainement pas en longueur. Personne n'osait rien dire, mais tout le monde se rendait bien compte que quelque chose clochait. Orfeo le premier.

Un jour, ce dernier fut convoqué par le ver-doyen. Si la communauté des

vers de terre ne se reconnaissait aucun chef, certaines figures faisaient autorité de par leur ancienneté, et c'est à leur jugement que la colonie s'en remettait dès qu'il y avait une question délicate. Le ver-doyen examina Orfeo attentivement, puis lui posa quelques questions : se sentait-il à l'aise dans son travail ? Ressentait-il de la fatigue, des douleurs à la fin de ses journées ? Avait-il une alimentation équilibrée ? Était-il tout simplement heureux ?

Orfeo s'efforça de renvoyer une image de parfait bonheur. Il redoutait qu'on le sépare de Verdi, et qu'on le relègue à des tâches moins physiques. C'est pourtant ce qui arriva.

Le ver-doyen proposa de le muter au service ingénierie, où il s'agissait de faire tout le travail de planification en amont du forage des tunnels par les vers-ouvriers. Enfermé toute la journée dans une grande cavité au milieu des racines, Orfeo se sentait désespéré. Certes, les douleurs physiques avaient disparu. Mais elles avaient été remplacées par une somme de souffrances psychologiques

qui lui paraissaient bien pires encore. Sentiment d'inutilité, isolement social, absence de sens...

Orfeo avait l'impression d'être bloqué à sa première escale, sans espoir d'atteindre jamais la destination finale. Ses collègues n'étaient pas méchants, mais aucun n'avait vraiment fait l'effort de l'intégrer – et au fond, Orfeo ne le souhaitait même pas. Le soir, il se morfondait auprès de Verdi, qui était véritablement désolé pour son ami, mais ne savait que faire pour l'aider.

La situation sembla durer une éternité. Orfeo avait continué à prendre du volume, contrairement à tous ses camarades vers qui s'étiraient en longueur. Personne n'osait rien lui dire à ce propos, de peur d'amplifier son sentiment d'exclusion. Pourtant, un jour, Orfeo trouva un petit message de terre sur lequel était écrit : « Si tu veux connaître ta vraie identité, va trouver le Roi Champi et la Reine Truffe. Suis la racine principale jusqu'au bout. » Le mot était anonyme, mais peu lui importait. L'appel de l'aventure était plus fort !



Vers la Vérité

La racine principale constituait une artère essentielle : elle reliait les différentes stations de forage, et permettait à toute personne égarée de retrouver son chemin, car elle desservait tous les points d'intérêt pour les lombrics.

Orfeo venait à peine d'entreprendre son voyage lorsqu'une voix l'appela : ce bon vieux Verdi ! Pas question de le laisser partir seul à l'aventure ! « Mais au fait, lui demanda Orfeo, comment as-tu su ? » Verdi parut gêné et ne sut que répondre... Orfeo comprit alors que c'était son vieil ami qui lui avait laissé le mot.

Le long de la racine, Orfeo demanda à Verdi de tout lui raconter. Verdi poussa un soupir, puis se lança : depuis le premier jour, lorsque le ver-ouvrier l'avait amené dans la pouponnière, il avait senti qu'Orfeo était différent. Plus tard, il avait surpris plusieurs échanges entre des vers-référents, faisant état de leur circonspection face à la croissance anormale d'Orfeo.

Il en était arrivé à la conclusion qu'Orfeo

n'était pas un ver de terre – mais il n'avait pas la moindre idée de ce qu'il pouvait être. Les seules personnes capables de l'aider dans sa quête d'identité étaient le couple royal fongique, qui portaient en lui toute la mémoire de l'humus.

Le voyage était long, aussi, nos deux acolytes firent-ils halte pour se restaurer à un embranchement de la racine principale. Dans la zone de pique-nique, ils rencontrèrent un cloporte en plein repas. Par réflexe, il se mit en boule dès qu'Orfeo le salua, mais il comprit vite qu'il n'avait rien à craindre de ces deux-là, et les invita à se joindre à lui.

Le cloporte s'appelait Clovis, et il venait passer les longs mois d'hiver sous terre, leur expliqua-t-il, tout en s'empiffrant de nutriments. Orfeo et Verdi échangèrent un regard interloqué. Alors il y avait un ailleurs ?

« Bien évidemment ! », répondit Clovis, « Si vous remontez la racine principale en sens inverse, vous finirez par atteindre la surface ! »

Les deux amis échangèrent un sourire, puis Verdi demanda à Clovis s'il avait déjà rencontré des spécimens semblables à Orfeo, là-haut.

Le cloporte arrêta son regard sur Orfeo, et l'inspecta sous toutes les coutures, tout en marmottant des choses pour lui-même. Il lui semblait bien en avoir déjà vu, oui, des spécimens dans son genre. Sauf que dans son souvenir, ils possédaient de grandes ailes, et volaient haut dans le ciel !

En entendant ces paroles, Orfeo eut un flash. Il ressentit de nouveau les sensations de vol acrobatique, et du plus profond de lui-même jaillit la certitude qu'il avait passé sa vie au mauvais endroit, persuadé qu'aucun autre destin ne l'attendait en ce monde. Verdi, voyant le trouble dans lequel se trouvait son ami, demanda au cloporte si par hasard il se souvenait du nom de l'espèce qu'il croyait reconnaître en Orfeo. « Papillon, il me semble... », répondit Clovis, avant de se resservir quelques nutriments.



Au Royaume Fongique

Les deux amis poursuivirent leur descente le long de la racine principale. Dans un moment de fébrilité suite à la rencontre avec Clovis, Orfeo avait voulu partir dans la direction inverse pour aller découvrir le monde à la surface. Mais Verdi avait convaincu son ami de poursuivre leur chemin pour récolter les conseils de sagesse du Roi Champi et de la Reine Truffe.

Le corps d'Orfeo avait changé, depuis le début du voyage. Il était à présent plus robuste, et s'était recouvert d'une teinte brune : de larve, il était devenu pupe ! Cela n'avait pas échappé à Verdi, qui n'avait pas manqué de l'en complimenter. Depuis qu'il avait entendu le nom de « papillon », Orfeo ne pouvait s'empêcher de poser mille questions à tous les insectes qu'ils croisaient en chemin. Il apprit ainsi que les papillons étaient considérés comme l'une des plus belles espèces, que leurs ailes formaient de magnifiques œuvres d'art qui laissaient rarement indifférent, qu'ils bossaient plutôt en indépendants, dans le transport de marchandises agricoles. Chaque nouvelle information sonnait comme une évidence pour Orfeo, comme s'il ne faisait que se souvenir de ce qu'il avait toujours su.

Les deux acolytes finirent par arriver au bout de la racine principale, aux portes

du royaume fongique. Un bataillon de truffons leur bloqua la route pour demander la raison de leur venue. Avec beaucoup d'assurance, Verdi se présenta comme un ami de Ses Majestés, lui-même membre de la noblesse, et réclama une audience sur-le-champ.

Les truffons ne furent aucunement convaincus. Ils étaient si nombreux, chaque jour, à venir réclamer audience, en prétendant qu'ils connaissaient le Roi et la Reine !

Alors, Orfeo prit la parole. Ou plutôt, il se mit à improviser une chanson, leur racontant sa vie, sa quête, ses espoirs. Le tout entrecoupé de vrombissements rythmiques.

Émus, les truffons s'écartèrent pour les laisser entrer dans le royaume fongique, et on les amena jusqu'à la cavité où se trouvait le couple royal : le Roi Champi, l'air altier, portait fièrement son ample chapeau, tandis que la Reine Truffe, un brin plus tassée, n'en imposait pas moins le respect.

Le couple royal ne posa aucune question. Ils semblaient déjà tout savoir de la venue d'Orfeo. Ils lui demandèrent simplement de chanter à nouveau, car ils avaient été charmés par les échos lointains de ses vrombissements, que les spores leur avaient rapportés.

Orfeo s'exécuta, mettant tout son être

dans son chant. Tout le royaume vibrait au rythme de sa chanson. Lorsqu'il termina, le Roi Champi lui fit signe d'approcher.

« Tu veux savoir qui tu n'as jamais cessé d'être, n'est-ce pas ? », lui demanda-t-il.

« Oh, vous savez, j'ai déjà eu ma réponse sur le chemin : je suis un papillon ! »

Le Roi et la Reine échangèrent un regard embarrassé. La Reine lui dit :

« Non. Tu n'es pas un papillon, Orfeo. Tu l'as été, dans une autre vie. Mais dans celle-ci, tu appartiens à une autre espèce. »

Le choc fut rude pour notre jeune pupe. Le Roi Champi demanda :

« Souhaites-tu que nous te révélions ton identité, ou bien préfères-tu le découvrir par toi-même ? »

« Je le découvrirai par moi-même ! », répondit simplement Orfeo.

« Fort bien. Dans ce cas, tu n'as qu'à remonter la racine principale tout du long. Lorsque tu auras atteint le ciel souterrain, tu n'auras qu'à gratter, et tu découvriras l'autre monde. », dit le Roi Champi.

« Mais attention », poursuivit la Reine Truffe, « tout au long du chemin, tu devras marcher à l'avant et ne te retourner sous aucun prétexte, sans quoi tu seras condamné à rester dans le monde souterrain. »

Chaque nouvelle information sonnait comme une évidence pour Orfeo, comme s'il ne faisait que se souvenir de ce qu'il avait toujours su.

L'ultime métamorphose

Pendant tout le chemin du retour, Orfeo se pressa. Tant et si bien que des pattes finirent par émerger de son corps, tandis qu'il avait l'impression que quelque chose était bloqué dans son dos. Verdi, qui avait promis de l'accompagner jusqu'à la surface, peinait à suivre le rythme, demandant à son compagnon de ralentir un brin, malgré son excitation. Mais rien n'y faisait : Orfeo était comme poussé vers l'avant par une force le dépassant. C'est à peine s'il fit signe à Clovis en repassant devant lui. Il ne reniait aucunement tout le temps qu'il avait passé sous terre. Il ne regrettait rien, pas même les moments difficiles.

Toute sa vie, il chérirait son amitié avec Verdi, et il ne faisait aucun doute que les deux compères ne se perdraient pas si facilement de vue. Cependant, là, tout de suite, Orfeo sentait qu'il n'avait plus une seconde à perdre.

Enfin, ils aperçurent le bout de la racine un peu plus loin ! Voyant que son ami était sur le point de quitter définitivement le monde où ils avaient grandi ensemble, Verdi ne put s'empêcher d'appeler Orfeo de toutes ses forces, dans l'espoir d'un dernier regard.

Tout se passa très vite : en entendant la voix de Verdi, Orfeo voulut se retourner, mais il se souvint non seulement de la mise en garde du Roi Champignon, mais

aussi de tous ceux qui l'avaient précédé dans tant d'autres vies. Pour la première fois dans toutes ses existences, il résista à la tentation de se retourner.

Si le couple royal l'avait mis en garde, c'est parce qu'ils avaient bien compris qu'Orfeo était sur le point d'achever sa métamorphose. Or, le brave Verdi resterait vraisemblablement sous le choc s'il découvrait la nouvelle apparence de son ami d'un coup. Orfeo, se sentant coupable, renoncerait à son projet de quitter le monde souterrain pour rester veiller sur son meilleur ami. Mais cette fois, Orfeo réussit à briser la malédiction. Sans se retourner, il gratta la terre jusqu'à ce que la lumière intense du soleil vienne lui indiquer qu'il avait enfin atteint son but !

Orfeo déploya ses ailes, et prit son premier envol... de mouche !

Il découvrit un paysage blanc, recouvert d'un manteau de neige qui commençait à s'estomper pour laisser à nouveau respirer la Nature aux prémices du printemps...

Verdi, qui l'avait suivi jusqu'à la sortie, ne put retenir son émotion en voyant son ami faisant des loopings dans tous les sens, des piquets, des atterrissages

acrobatiques... Orfeo s'était enfin réalisé ! Quelque temps plus tard, après une longue journée, Verdi passa le bout de sa tête par le petit trou qu'il avait aménagé. Il appela Orfeo, et trouva son ami en train de fredonner, affairé sur une véritable montagne de matière fécale. Il semblait si heureux à présent, à travailler dans le recyclage ! À tel point qu'il disait souvent à Verdi combien il rendait grâce de ne pas être un papillon, quand il en croisait, avec leurs ailes gigantesques et leur vol incertain...

« Non, vraiment, ça aurait été une terrible erreur de vivre une autre vie que la mienne... » s'exclama notre roi du fumier en reprenant une bonne lampée de nutriments. ☺



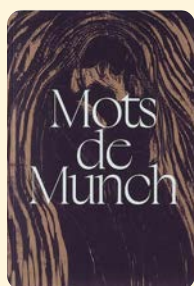
NOS RECOM- MANDA- TIONS

*À lire, à voir
ou à écouter*

ALEXANDRE, DIRECTEUR DE LA PUBLICATION

Les 5 portes de Fabrice Midal

Je ne pouvais pas choisir un autre livre, tant celui-ci participe à mon processus de métamorphose intérieure. *Les 5 portes*, c'est un test dynamique de personnalité, qui ne nous enferme pas dans une case, mais nous invite à explorer en nous-mêmes différents bonheurs : celui de faire, de voir clair, d'être en relation, d'être comblé ou d'être en paix. Grâce à ces 5 portes, la métamorphose devient un jeu intérieur (et très vite extérieur !) passionnant. ☺



SOPHIE, RÉDACTRICE EN CHEF

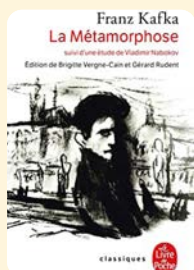
Mots de Munch, Coédition Réunion des musées nationaux - Grand Palais / Musée d'Orsay

« Il y a toujours une évolution et jamais la même – je construis un tableau à partir d'un autre ». Munch avait l'art de décliner les motifs, de faire évoluer ses œuvres. Si ses tableaux mêmeuvent, j'ai découvert l'artiste sans pinceau dans *Mots de Munch*. À travers une sélection de poèmes, notes, listes et lettres de toutes sortes, on plonge dans l'univers d'un peintre angoissé, dont « une porte séparait [sa] sombre cellule de la grande et lumineuse salle de bal de la vie ». ☺

JILL, DIRECTRICE ARTISTIQUE

Le Voyage de Chihiro de Hayao Miyazaki

En bonne fan d'animation japonaise, je ne pouvais laisser passer l'occasion de vous parler de ce succès de l'histoire du cinéma japonais. Ici, tout est métamorphose. Miyazaki pousse le concept à son paroxysme en jouant sur la dualité des personnages et en montrant à travers cette dernière la part sombre de chacun d'entre eux. Difficile de vous en dire plus sans révéler l'intrigue... ☺



JOSIANE, RÉDACTRICE

La métamorphose de Franz Kafka

Impossible de ne pas citer le roman de Kafka, écrit il y a un siècle ! Un court récit qui narre l'histoire de Gregor Samsa, un représentant de commerce, qui se réveille un beau matin transformé en insecte. La métamorphose, c'est aussi celle de notre entourage, en réaction à notre évolution. Dans l'édition de poche, Vladimir Nabokov écrit une brillante préface qui analyse le livre. Il y a deux chefs-d'œuvre en un. Culte ! ☺

ESTELLE, RÉDACTRICE

L'album The Living road de Lhasa de Sela

Lhasa, chanteuse québécoise partie trop tôt, était une âme bouillonnante et femme d'instinct. Quand j'écoute ses chansons, me viennent des images de métamorphoses du monde ; un monde de remous, de troubles, et d'élans. Elle est pour moi un moteur pour créer sans complexes : « Écrire des chansons, ce n'est pas très difficile. Peindre non plus. C'est juste une question d'éteindre la télé ou l'ordinateur et d'aller s'asseoir avec une feuille blanche », disait-elle de son vivant. ☺





IAN, RÉDACTEUR

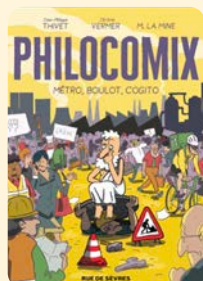
***Le Cycle du Graal* de Jean Markale**

Jean Markale a réussi l'exploit de condenser et moderniser toutes les versions des aventures de la Table ronde. On y (re)découvre Merlin, le magicien protéiforme qui se présente rarement sous l'apparence qu'on lui connaît, la fée Morgane et tant d'autres personnages changeants... Car le Graal nous parle avant tout de la métamorphose de l'être qui se réalise, lorsqu'il suit sa petite voix intérieure ! ☺

MATHIAS, RÉDACTEUR

***La règle du 10X* de Grant Cardone**

C'est simple, ce livre a tout changé dans ma vie. Grant Cardone partage une règle simple pour réussir ses projets tant personnels que professionnels, sa vie de couple ou son parcours spirituel. Le secret : c'est de multiplier par 10 le temps que vous pensez devoir fournir pour mener à bien vos ambitions. Voir 10 fois plus grand serait-il le meilleur moyen d'impulser des changements ? ☺



MAUREEN, RÉDACTRICE

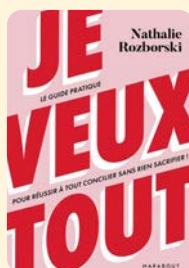
***Philocomix, Tome 3, Métro, Boulot, Cogito* de Jean-Philippe Thivet et Jérôme Vermer**

Si vous vous questionnez sur votre travail, vous vous demandez certainement si celui-ci vous rend heureux ou malheureux. Répondre à cette question est l'ambition du tome 3 de cette BD haute en couleur, en humour et en questions existentielles. Technique, propriété de votre travail et réflexion sur l'aliénation et la libération dans notre « métro, boulot, dodo », voilà ce que vous donnent à voir les philosophes à qui on redonne la voix sur le sujet. ☺

LUCIE, ILLUSTRATRICE

***Feelings: A Story in Seasons* de Manjit Thapp**

Selon son autrice, il s'agit d'un « voyage illustré d'une année d'émotions, des chaleurs étouffantes du début de l'été à l'isolement gris d'une fin d'hiver ». *Feelings* est un roman graphique presque sans paroles. Poétique, coloré, touchant, il nous porte par une narration dessinée, rythmée par les silences. Finalement, sans même réaliser qu'on l'avait tissée, on sort, ému, de sa chrysalide. ☺



CAMILLE, SECRÉTAIRE DE RÉDACTION

***Je veux tout* de Nathalie Rozborski**

En hommage à cette femme incroyable récemment disparue. Nathalie Rozborski est plurielle : elle a été directrice de marque, cheffe de projet, consultante puis DG, autrice, femme ambitieuse, épouse puis maman. Dans cet ouvrage, elle nous donne ses conseils pour un accomplissement total, une métamorphose de soi qui englobe tous les aspects de notre vie afin de les concilier. On en ressort déterminé et transformé. ☺

ABONNEZ-VOUS



**1 ANNÉE 40 € / 6 NUMÉROS
AU LIEU DE 48 €**

Scannez ce QR code
ou abonnez-vous en ligne www.livementor.com/magazine-odyssées
RECEVEZ CHEZ VOUS 6 NUMÉROS + LA VERSION DIGITALE OFFERTE !

ODYSSÉES

PAR LIVEMENTOR

MAGAZINE BIMESTRIEL ÉDITÉ PAR
SA Learningshelter - LiveMentor
10, rue de Penthièvre
75008 Paris
RCS Paris 752 946 863

POUR ÉCRIRE À LA RÉDACTION
aide@livementor.com

SERVICE ABONNEMENTS
aide@livementor.com

IMPRESSION
Deux Ponts, 5 rue des Condamines
38320 Bresson

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION
Alexandre Dana

RÉDACTRICE EN CHEF
Sophie Laurenceau

DIRECTRICE ARTISTIQUE
Jill Scala

SECRÉTAIRE DE RÉDACTION
Camille Salomon

ILLUSTRATRICE
Lucie Barthe-Dejean

RÉDACTEURS
Josiane Asmane, Ian Benedict,
Mathias Savary, Maureen Damman,
Estelle Haas

A CONTRIBUÉ À CE NUMÉRO

Ylenia Cuellar (photographe)
Camille de Montgolfier

EN COUVERTURE

Anne Ghesquière, ©Ylenia Cuellar

Dépôt légal : à parution

ISSN : 2825-662X

Numéro de CPPAP : 0923T94228

Passer de micro-entreprise à société,

COMMENT S'Y PRENDRE ?



Bonjour Xavier,
Mon activité se développe et je paie beaucoup
d'Urssaf et d'impôts.
Le problème c'est que je suis restreint par ma
micro-entreprise...

Sais-tu comment faire ?

Oui bien sûr !
Chez Sobeez, nous accompagnons les
micro-entrepreneurs en croissance comme toi.



C'est bon à entendre, que proposez-vous ?

Une offre complète avec :

- Un accompagnement dédié pour t'aider à choisir la meilleure configuration (EURL, SASU, etc.)
- Un expert-comptable qui répond à tes questions et s'occupe de ta compta
- Une application intelligente pour tes devis, factures, notes de frais et ta comptabilité

Prends rendez-vous sur sobeez.fr pour qu'on en parle !



Sobeez

L'expert-comptable
en ligne qui garantit
votre réussite

Choisissez la simplicité
dès **79€**/mois

« Il n'y a rien d'autre à apprendre que soi dans la vie. Il n'y a rien d'autre à connaître. On n'apprend pas tout seul, bien sûr. Il faut passer par quelqu'un pour atteindre au plus secret de soi. Par un amour, par une parole ou un visage. »

CHRISTIAN BOBIN

8 €

JANVIER 2023



3 770025 639062