

**William Réjault**

# TROUVER SA RAISON D'ÊTRE

**QUAND ON N'ENTRE PAS  
DANS LES CASES**



**30 questions, 1 mois  
pour trouver sa place  
dans le monde**

**LEDUC** ↗

La Raison d'Être est une énergie qui trouve sa source au plus profond de ce que vous êtes et de votre sensibilité. La perdre revient à vous perdre. William Réjault en a fait l'expérience à la suite d'un burn-out. Pour se reconstruire, il s'est attelé à répondre à un questionnaire imaginé par le chercheur en prospective Martin Serralta, qui permet à chacun de retrouver sa voie quand il se sent perdu.

**À travers ces questions, levez le voile avec William sur qui vous êtes et ce qui vous fait vibrer.**



**William Réjault** est l'auteur de plusieurs ouvrages dont *C'est l'histoire d'un zèbre*. Après avoir été infirmier, il est désormais enseignant et thérapeute de couple. Hypersensible, il partage son expérience dans sa newsletter : <https://deuxiemepartiedevie.substack.com/>

**17 €**

Prix TTC France

979-10-285-2573-6



editionsleduc.com  
**LEDUC**

Portrait : © Catherine Delahaye  
Design graphique : Laure Faucon

Rayon : Développement personnel



*Ce livre est basé sur les travaux et les recherches de Martin Serralta,  
avec son aimable autorisation.*

DU MÊME AUTEUR, AUX ÉDITIONS LEDUC

*C'est l'histoire d'un zèbre, 2020*

*Mon oracle de l'hypersensibilité, 2021*

*Journal de bord pour atypiques, hypersensibles et autres zèbres, 2021*

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : **[bit.ly/newsletterleduc](https://bit.ly/newsletterleduc)**

Retrouvez-nous sur notre site **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**  
et sur les réseaux sociaux.



### Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Édition : Muriel Villebrun

Maquette et reproduction des schémas : Laurie Baum

Correction : Clémentine Sanchez

Design de couverture : Laure Faucon

Illustration de couverture : Adobe Stock

© 2022 Éditions Leduc

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Buffon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2573-6

WILLIAM RÉJALULT

*TROUVER  
SA RAISON  
D'ÊTRE*

**QUAND ON N'ENTRE PAS  
DANS LES CASES**

LEDUC 

# SOMMAIRE

**Introduction** : Un bien mauvais burn-out.....7

## **1 - SOUVENIRS** **19**

**Jour 1** : Qu'est-ce que j'aimais faire particulièrement  
en tant qu'enfant ? .....21

**Jour 2** : Qui étaient mes héros d'enfance et d'adolescence ? ..27

**Jour 3** : Quelle est l'expérience personnelle qui m'a le plus  
bouleversé(e) ? En quoi m'a-t-elle influencé(e) ? .....31

**Jour 4** : Quel est le projet ou la réalisation dont je suis  
le ou la plus fier/fière ? .....43

## **2 - ÉLANS** **53**

**Jour 5** : Qu'est-ce que j'adore faire aujourd'hui ?  
Professionnellement ? Personnellement ? .....55

**Jour 6** : Qu'est-ce qui me donne de l'énergie ? .....63

**Jour 7** : Quelles sont les causes qui me mobilisent  
ou déclenchent de la colère en moi ? Donner  
un ou des exemples concrets.....71

**Jour 8** : « Quand je suis libre d'être vraiment moi-même,  
je... » (Terminer la phrase) .....97

**Jour 9** : Quand est-ce que je me sens vivant(e) ? ..... 105

**Jour 10** : Quelles sont les œuvres d'art qui me bouleversent ?.. 109

### **3 - LE BEAU ET LE BIEN POUR MOI** **113**

**Jour 11 :** Dans quel lieu, quel cadre, je me sens vraiment vivant(e) ? ..... 115

**Jour 12 :** Qu'est-ce que le Bien pour moi ? D'où cela vient-il ? ..... 119

**Jour 13 :** Qu'est-ce que le Bien commun pour moi ? ..... 121

### **4 - REGARDS EXTERNES POUR GUIDER** **123**

**Jour 14 :** « On dit de moi que... » (Terminer la phrase) ..... 125

**Jour 15 :** « Mes parents ou mon/ma conjoint(e) disent que ma plus grande qualité est... » (Terminer cette phrase) ..... 135

**Jour 16 :** Mes clients, mes collègues me remercient spécialement pour... ..... 141

**Jour 17 :** Pourquoi les autres sont prêts à me payer, à me faire contribuer ou à me confier des responsabilités ? ..... 147

### **5 - REGARD SUR MOI** **163**

**Jour 18 :** Qu'est-ce que je me reconnais (réellement) comme qualités ? ..... 165

**Jour 19 :** Quel est mon plus grand talent ? ..... 169

**Jour 20 :** Pourquoi suis-je quelqu'un de bien ? ..... 173

### **6 - CONVICTIONS PROFONDES** **177**

**Jour 21 :** Quelles sont mes trois convictions les plus importantes dans la vie ? (Trois seulement, il faut choisir.) ..... 179

**Jour 22 :** Pour quelles choses est-ce que je dépense mon argent de façon déraisonnable (selon moi) mais tellement satisfaisante ? Pourquoi ? ..... 183

## **7 - RÊVES ET PROJECTIONS** **187**

- Jour 23** : Quel est le travail de ma vie ? ..... 189
- Jour 24** : Quel est le top 5 de ma bucket-list (la liste des choses à faire absolument avant de mourir) ?  
Qu'est-ce que ça dit de moi ? Quels sont les points communs de ces rêves ? ..... 193
- Jour 25** : Quelle est ma projection à dix ans, mon futur souhaitable ? ..... 213
- Jour 26** : À quoi ressemble mon moi idéal ? Quelle en est mon image mentale ? ..... 221

## **8 - EXPÉRIENCES DE PENSÉE** **225**

- Jour 27** : Si je devais donner un seul conseil à l'ado que j'étais à 15 ans, quel serait-il ? J'imagine : je me rencontre dans le temps quelques minutes et puis je repars. Un seul conseil. Il ou elle a confiance en moi, il ou elle m'a reconnu(e) et sait que je ne mens pas..... 227
- Jour 28** : « Si je n'étais pas obligé(e) de travailler, je... »  
(Terminer la phrase)..... 235
- Jour 29** : Si j'avais trois mois, dix personnes à mon service et un million d'euros à dépenser, à quoi les consacrerai-je ? ..... 239
- Jour 30** : Je fais une conférence de 45 minutes devant les Nations unies. Ils sont obligés de m'écouter. Je leur dis quoi ? ..... 245
- Synthèse ..... 250
- Quelques références ..... 253
- Remerciements ..... 254



## INTRODUCTION

# UN BIEN MAUVAIS BURN-OUT

**E**n 2019, j'ai fait un burn-out.

En d'autres termes, je suis mort de l'intérieur à cause de mon travail. J'ai dû accepter de prendre des antidépresseurs pour ne pas commettre un geste irréparable, des anxiolytiques pour supporter les crises d'angoisse qui survenaient n'importe quand (surtout en seconde partie de nuit). J'ai pris rendez-vous chez une psychologue. Nous nous sommes vus une fois par semaine. J'ai découvert avec elle que je souffrais d'un syndrome de stress post-traumatique depuis ma petite enfance qui était réactivé par les situations de conflit, surtout au travail.

J'ai appris aussi – mais ça n'a pas été une surprise – que mon niveau d'amour-propre était très bas et qu'il fallait impérativement que je m'aime plus afin de mieux accueillir les critiques et les éloges d'autrui, de ne pas prendre trop à cœur tout ce que j'entendais. Il fallait, pour continuer à vivre, être capable de me supporter chaque jour avant de m'aimer *a minima*. Puis de m'aimer carrément. Je trouvais la tâche insurmontable et je

ne pouvais pas surmonter l'homme que je dévisageais dans le miroir.

J'ai la chance inouïe d'avoir un mentor et un ami qui se nomme Martin Serralta. Un homme généreux qui réfléchit depuis des années à la Raison d'Être, à l'ikigai. Martin propose des formations d'une intelligence rare sur cette thématique. J'ai repris dans ce présent livre l'ensemble du questionnaire qu'il a créé afin de nous aider à retrouver notre Raison d'Être. La retrouver et non la trouver, car elle existe déjà en nous depuis notre petite enfance et « ils » se sont bien acharnés à l'enfourir sous des couches de remarques, de micro-agressions, d'angoisses et de projections qui n'appartiennent qu'à eux.

Quand on me demande comment je vais, je réponds toujours par provocation :

– « Oh, moi, tu sais, à mon âge, j'attends la mort... »

Ça me faisait beaucoup rire de dire ça à 20 ans, tellement je trouvais inconcevable l'idée de mourir.

À 48 ans, ça me fait beaucoup moins rire, car la probabilité est bien plus élevée et – surtout – j'ai presque intégré que j'allais probablement mourir *pour de vrai* un jour. Je n'en suis pas encore totalement convaincu cependant. Et vous ?

C'est dans les yeux des recruteurs que j'ai capté à quel point j'approchais du cimetière. Oui, mon retrait subit du marché de l'emploi (et donc ma mort imminente, car nous vivons dans une société où le travail nous définit, nous ouvre toutes les portes et

nous apporte joie, apaisement et salaire), je l'ai vu dans le regard de ceux qui souhaitaient m'embaucher, il y a deux ans à peine.

Avant, tout allait bien.

J'ai la chance d'avoir commencé une deuxième carrière professionnelle sur le tard. J'étais infirmier jusqu'à mes 34 ans. J'ai complètement bifurqué. Me voilà depuis maintenant treize ans dans « le tertiaire ». Depuis mon départ de l'hôpital, j'ai bossé dans l'enseignement supérieur, à la création d'un média participatif, pour une chanteuse à succès, pour la plus grande maison de disques au monde, pour une chaîne de télé, pour un grand groupe agroalimentaire, et désormais, dans un institut de prospective. Pour ceux que ça intéresse, j'ai décrit mon parcours dans mon livre *C'est l'histoire d'un zèbre*<sup>1</sup>, avec ce que j'ai appris et ce que j'ai mis en place pour survivre dans tous ces milieux différents. Ce fut dur, souvent, passionnant, toujours, formateur, tellement.

Il y a deux étés, j'ai donc été approché par un énième chasseur de têtes. Il me voyait à la tête de la rédaction d'un gros site culturel web. J'avais le profil parfait selon lui, qui place des gens bien coiffés toute l'année avec des salaires à six chiffres. Il en voit passer, du candidat.

Rendez-vous était pris dans le sud de la capitale. La recruteuse (qui serait ma N+1) me met sur le gril pendant plus d'une heure. Mon parcours la dérange un peu, mais elle ne me livre

---

1. Éditions Leduc, 2020.

pas vraiment le fond de sa pensée, je sens que quelque chose la chiffonne et je n'arrive pas à mettre le doigt dessus. Elle finit par me dire que je suis trop vieux pour le site, que je n'aurai pas les bonnes références culturelles. Pas dans ces termes, bien sûr. En me raccompagnant à l'ascenseur, elle finit par me lâcher que dans le fond, je suis « trop vieux tout court » car ils recherchent un profil plus junior mais avec mon expérience.

C'est la première fois de ma vie qu'on me dit que je suis trop vieux pour un job, je le prends à la légère. Quelle idiote, elle ne sait pas ce qu'elle perd, je fanfaronne, je repousse l'idée noire qui tente de s'incruster dans mon arrière-plan mental : « Tu es bon à jeter, désormais. »

Deux semaines plus tard, une vice-présidente d'un grand groupe m'approche. Elle a entendu parler de moi, elle monte un programme de *reverse mentoring* (des jeunes qui forment des vieux), elle réunit plein de hauts cadres de son grand groupe à la montagne pour « les former au web » et aimerait que je leade le groupe « Snapchat / TikTok for brands ». Les doigts dans le nez... Nous passons soixante-dix minutes au téléphone, elle adore tout ce que je propose, les ateliers interactifs, les exercices, les *slides* animées, les GIF, elle me trouve formidable, elle est enchantée qu'on lui ait donné mon nom. Elle me googlise, trouve mon site, mes livres et s'exclame : « Ah ! Mais vous avez une page Wikipedia, William ? La classe ! »

Et puis, là, silence. Je sens un malaise s'installer.

– « Tout va bien ? »

– Mais... Vous avez 45 ans, William ?

– Oui, j'ai 45 ans, mais je sais que je ne les fais pas. » (*Sourire.*)

Visiblement, si.

La dame me dégage alors en moins de vingt minutes, me proposant sans vergogne de former en mode intensif sa jeune stagiaire d'une grande école (pas vraiment intéressée). Une formation qu'elle me payera rubis sur l'ongle, afin que sa jeunette forme des vieux « de mon âge » pendant l'événement. Dans la logique du *reverse mentoring*, quoi. L'honneur est sauf.

Certes.

On nage aussi en pleine connerie humaine : quelle perte de temps et de savoir. Et puis zut, c'est de mon honneur aussi, dont on parle là ! Je serais trop ridé pour monter sur scène, mais pas pour souffler le texte depuis les coulisses ? Elle s'étonne longuement, lourdement, stupidement qu'à mon âge je sois toujours aussi compétent sur ces « trucs de jeunes » et s'excuse enfin : « Je ne peux décemment pas vous demander de former des gens de votre âge, vous n'allez pas être crédible sur ce sujet... Ou moi... »

Je ressors de là un peu désespéré du genre humain. Je refuse la mission, bien évidemment. La chasseuse de têtes me recontacte deux mois après : le petit jeune qu'ils avaient embauché à ma place pour la rédaction en chef du site culturel ne fait pas l'affaire, il a finalement un profil bien trop junior et se fait manger tout cru par les vieux journalistes, les vieux développeurs, les

vieux interlocuteurs (de 37 ans, hein...) qu'il trouve en face de lui et qui lui mènent la vie dure.

La recruteuse veut me revoir. Nous repassons deux heures ensemble. Je ne moufte pas même si je meurs d'envie de lui dire que je n'ai pas rajeuni depuis le dernier échange ! Nous reprenons point par point la même conversation qui s'est tenue deux mois auparavant. Elle me pose les mêmes questions, je lui sors les mêmes références culturelles. Je ne suis pas totalement stupide non plus donc j'ai ajouté dans le lot quelques noms d'artistes plus « branchés » qu'elle aimera probablement entendre et que j'écoute déjà tout seul sans qu'on me demande mon avis.

Au détour d'une phrase, elle lâche le nouveau nœud du problème : j'ai deux ans de plus qu'elle et c'est une situation inédite. Sous-entendu : comment elle va faire pour manager un « vieux » ?

Ah. Je ne dis rien, bien sûr.

Dans ma tête, c'est moi qui la trouve plus âgée qu'une pyramide d'Égypte, mais qui suis-je, dans le fond ? Un petit infirmier monté de son Pays basque à Paris et qui, par chance, par hasard, éventuellement par sa compétence, a su se frayer un chemin dans des univers fous et passionnants à la fois.

Elle ne me reprend pas pour le poste, embauche une jeunette qui tient six mois, et puis un autre jeune encore, qui tient un an. L'offre d'emploi m'est repassée sous le nez sur LinkedIn le mois dernier. Visiblement, l'absence de rides et la chair ferme

ne garantissent pas à la personne la pérennité du poste. Je ne vais pas pleurer.

Je me prends donc trois fois dans la figure en quelques mois que je suis devenu vieux. Soudainement, ma traditionnelle blague sur le fait que j'attends la mort me semble beaucoup, beaucoup moins drôle. C'est un fait, alors ? Désormais, je n'aurai plus de perspectives ?

J'en parle à ma coach pro, Florence, qui a fait de moi l'employé modèle que je suis devenu et celle-ci me sourit :

– « Mais enfin, William, vous n'allez pas écouter ces bêtises ? C'est une idiote, cette recruteuse. En plus, il est sans intérêt pour qui vous êtes profondément, ce job. Vous avez déjà fait ça en mieux et internationalement. Ce n'est pas vous, ce job. C'est un cadeau qu'on vous fait en ne vous prenant pas. Vous êtes tellement plus intéressant que ce job, maintenant. Vous n'avez jamais été autant à votre place que depuis deux ans. Vous déchirez partout où vous passez. Acceptez-le.

– Oui mais... Je suis sur ma fin de carrière, là...

– Non, c'est bien plus excitant, vous entamez votre *deuxième partie de vie*.

– Et il y a des gens qui en veulent encore, vous croyez ?

– Oui, si vous déterminez enfin votre Raison d'Être (votre ikigai) et que vous vous y accrochez, quels que soient le salaire ou les paillettes qu'on vous promet en face. C'est ça, aussi, votre problème, William : vous refusez d'admettre ce pour quoi vous

êtes venu sur Terre. Votre place. Ce pour quoi vous êtes le meilleur. Vos talents. Jusqu'à maintenant, j'ai travaillé avec vous pour vous adapter aux situations complexes et vous "faire délivrer" un maximum sur les demandes de vos employeurs. Vous vous rendez compte que vous travaillez pour leur faire plaisir ? Mais où vous situez-vous, là-dedans, vous ? Où êtes-vous ?

– Oui, oh, le plaisir, vous savez... Moi, j'ai des mensualités à rembourser.

– Vous pourriez les rembourser deux fois plus vite si vous assumiez votre Raison d'Être. Et le plaisir qui en découlera.

– On est obligés de revenir à ça à chaque fois qu'on se parle ?

– Je ne vous lâcherai pas tant que vous ne l'aurez pas trouvée ! »

J'avais appris un jour, dans un documentaire de Martin Scorsese consacré à George Harrison<sup>2</sup>, que le but de la vie, d'après l'ancien Beatles, était de surmonter ses peurs, d'assumer ses désirs et de délivrer le potentiel maximal de son être au monde, de faire entendre sa voix unique, pour pouvoir mourir sans regrets, sereinement. George ne rêvait que de musique indienne, de méditation, d'un foyer paisible, d'anonymat et de tranquillité. Il était « né » Beatles et il mourut Beatles d'un cancer généralisé, à 58 ans, dans une grande paix intérieure, après avoir accepté qui il avait été et ce qu'il avait représenté pour le monde, enfin.

Soit. En ce cas, je veux bien attendre la mort, mais dans la sérénité et l'apprentissage. J'ai donc pensé à Martin et à son

---

2. *George Harrison: Living in the Material World*, réalisation Martin Scorsese, 2011.



questionnaire. J'ai capitulé, d'une certaine manière. Je me suis dit que tous ces gens qui venaient à sa formation en ressortaient secoués mais ravis. On ne devient pas heureux en achetant des smartphones, en fuyant son quotidien ou en regardant son compte en banque. Le chemin vers l'amour de soi passe par quelques étapes un peu pénibles : se regarder dans la glace et s'aimer car nous n'avons pas de plan/corps B. Se poser les bonnes questions et accepter d'y répondre. Mettre en œuvre le changement qui nous ramène vers notre élan vital. Le bonheur, l'équilibre, la congruence, tout cela se construit.

Avec sincérité et sans tricher, je vous propose de partager ici, dans les trente jours à venir, le chemin vers ma/votre Raison d'Être. J'ai fini par trouver la mienne. Je l'ai joliment calligraphiée et je l'ai encadrée au-dessus de mon bureau. Je ne vous la livrerai pas telle que je l'ai rédigée, elle m'appartient sous sa forme définitive, mais j'ai été honnête ici dans mon cheminement intellectuel et j'ai laissé toutes mes interrogations, mes colères, ma surprise aussi, face à certaines questions. Ce n'est pas un chemin facile. Pour vous aider à réfléchir, entre deux questions, je vais également vous faire rencontrer des humains passionnés.

J'aime beaucoup ce proverbe anglais qui dit « *If you don't trust the guy, trust the process*<sup>3</sup> ». Prenons le temps pendant ces trente prochains jours de laisser s'installer un rituel entre vous et vous. Un processus de révélation. Laissez-moi vous raconter cette route, cette voie vers un équilibre, mieux : une évidence vitale.

---

3. « Si vous n'avez pas confiance en l'homme, faites confiance au processus. »

Ce chemin, je vais vous expliquer comment je le comprends, comment je le vis, comment je refuse toujours de l'emprunter encore parfois, malgré l'évidence, comment il s'impose lentement à nous à la seconde où nous nous acceptons tels que nous sommes, dans la nudité de notre être, dans l'absolue solitude de notre condition et dans la certitude encore plus absolue que nous mourrons tous, bientôt, un jour, probablement seuls, en ayant – je nous le souhaite – compris ce que nous foutions ici, ayant utilisé notre temps restant pour créer un maximum d'impact et admis que cette acceptation de notre Raison d'Être est capitale pour notre apaisement, notre équilibre et le bonheur de ceux qui nous entourent.

Oui, rien que ça...

## INSTRUCTIONS

Ce livre, vous ne devez pas le parcourir en quelques heures. Si vous essayez de répondre à toutes ces questions en une soirée, vous aurez la tête bien trop farcie pour accoucher de quelque chose de correct, et le dévorer ne vous aidera certainement pas à pondre votre Raison d'Être.

Faites-moi confiance. Ne soyez pas impatient.

**Mon conseil :** achetez-vous un beau carnet, un beau stylo et lisez chaque jour un chapitre du livre au petit matin, en vous réveillant. Imprégnez-vous de la question, recopiez-la à la main dans votre cahier et... partez travailler ou vazez à vos occupations.

Laissez agir le chapitre en vous toute la journée, n'hésitez pas à poser innocemment la question aux gens que vous rencontrez, écoutez-les vraiment, sans juger, sans les couper dans leur élan. S'ils vous demandent pourquoi vous les questionnez, ne leur dites pas la vérité. Le travail sur la Raison d'Être est secret jusqu'à la fin. Passez la journée avec cette question en arrière-plan. Laissez infuser cette demande du jour.

Quand vous vous sentez prêt, en fin d'après-midi, prenez un temps pour vous. Isolez-vous, mettez des boules Quiès ou un casque antibruit. Fermez la porte à clef et demandez bien que l'on ne vous dérange pas. Reprenez votre cahier et écrivez à la main la réponse à la question, sur quelques paragraphes. Si l'envie vous prend de continuer à écrire, ne vous refrénez pas, continuez sur deux à trois pages, sans réfléchir, sans y mettre la moindre intention littéraire, analytique ou psychologique. Tout doit sortir autour de ce que vous inspire la question du jour, dans le contexte de la journée écoulée. Ça et le reste. Écrivez, videz-vous la tête, ne vous souciez de rien. Associez des images, laissez glisser le stylo. Pas de pression, presque de l'écriture automatique.

Le soir, avant de vous coucher, avec un surligneur, revenez sur vos écrits et fluotez/soulignez les parties qui vous semblent les plus intéressantes. Celles en rapport avec la question, celles qui n'ont rien à voir avec la question, tout ce qui vous semble avoir un sens pour vous ce soir.

Endormez-vous sur ces pensées.

Au petit matin, reprenez le cahier, la question du jour et recommencez comme la veille, pendant trente jours d'affilée.

Vous allez voir, quelque chose va se débloquer. Si tout se passe bien, si vous avez pris le temps d'une question par jour, si vous avez bien écrit vos pages et fluoté vos meilleurs passages, vous allez peu à peu exhumer votre Raison d'Être enfouie, comme un archéologue moustachu retrouvant un trésor oublié depuis des millénaires, sous le temple près du Nil.

Bonne route !

## **PRÉALABLE AUX QUESTIONS**

- ① Suspendez tout jugement moral.
- ② Ne cherchez pas à faire un objet de communication – cet exercice est juste pour vous.
- ③ Ne vous forcez pas à entrer dans un cadre.

Répondez le plus spontanément possible à toutes ces questions et formalisez vos réponses par écrit. N'en parlez à personne avant d'avoir fait au moins une fois le processus complet.



# SOUVENIRS





## JOUR 1

*Qu'est-ce que j'aimais faire  
particulièrement en tant  
qu'enfant ?*

**C**ommençons par mon agacement d'adulte devant répondre à cette question.

Agacé pour plusieurs raisons : que tout soit toujours ramené à l'enfance (les traumatismes, les émois, les fixations névrotiques, etc.) et que je doive une fois de plus m'y replonger pour en extraire quelques souvenirs pour un questionnaire. Je n'ai pas spécialement aimé mon enfance, comme beaucoup, pour des raisons diverses.

Je ne l'ai pas aimée non plus parce que je m'ennuyais énormément dans mon milieu familial, perdu au fond de la région Nouvelle-Aquitaine à une époque où les numéros de téléphone fixes ne comprenaient que six chiffres, entouré de champs de maïs, de vaches et de rien d'autre.

L'océan était à une heure de route, la montagne aussi.

On voyait les Pyrénées depuis le jardin, quand il allait pleuvoir le lendemain. On captait trois chaînes puis une quatrième, avec un gros décodeur noir. Il fallait rentrer à la main le code chaque début de mois pour accéder aux programmes en crypté.

Le premier cinéma était à quinze kilomètres. Le premier théâtre à trente. Pas de centre commercial, pas d'hypermarché. Pas d'aéroport, pas de gare. Pas de musée, de statue ou de lieu culturel pour échanger.

J'étais seul à mourir et les journées semblaient durer des semaines, surtout l'été. Je n'étais pas compris par les enfants, je n'étais pas compris par les adultes.

Hyperactif et surdoué non dépisté, je passais pour un casse-pieds. J'étais agaçant, agacé et très triste de ne pas trouver de partenaires de jeux. Les autres enfants me semblaient fades, les adultes m'intéressaient beaucoup mais je n'avais pas le droit de leur parler, je ne mangeais pas à leur table.

Au fond de moi, j'espérais que j'allais m'amuser plus tard, et d'ailleurs, j'ai coutume de dire que mon existence dans le monde a démarré... à 27 ans. Avant, je ne me sentais pas vraiment exister. En quelques mois, en rencontrant la bonne personne, j'ai appris à aimer, j'ai voyagé loin. Hong Kong fut ma première destination long-courrier peu de temps avant l'an 2000. L'aventure n'était pas au coin de la rue, c'était moi, enfin, l'aventure, et c'était moi, enfin, qui provoquais le destin.



Alors, quand on me demande ce que j'aimais faire enfant, je prends sur moi et je soupire. Vraiment ? Faut-il de nouveau se plonger dans cette torpeur monotone ? De ces maigres souvenirs devrait rejaillir ma Raison d'Être ? Soit. J'espère que la vôtre sera plus évidente à rattacher à vos premiers jeux que la mienne, car personnellement, je ne vois pas le rapport.

Enfant, j'aimais lire et je dévorais les ouvrages que j'empruntais à la douzaine à la bibliothèque. J'atteignais la limite maximale d'emprunt à chaque passage, et comme le lieu n'était ouvert que le mercredi et le samedi, je n'avais pas intérêt à me tromper. J'ai attendu bien des heures sur les marches de la bibliothèque qu'elle ouvre enfin. J'aimais l'odeur des livres, leurs couleurs fanées, les fiches contre la couverture qui donnaient les noms des personnes ayant lu le livre avant moi, avec le tampon indiquant la date d'emprunt et celle de retour.

J'aimais raconter des histoires, comme tous les enfants. Les miennes étaient écrites : j'aimais les rédactions, les sujets ne me paniquaient jamais, au contraire, j'avais même un jour utilisé les trois heures imposées pour composer deux rédactions différentes, ce qui aurait pu me coûter un zéro pointé mais me rapporta la fierté d'être lu par l'enseignante devant toute la classe et un double 18/20.

J'aimais jouer à l'animateur télé et composer des fiches questions. J'organisais pour les autres enfants des émissions spéciales où il n'y avait rien à gagner, si ce n'est l'excitation de participer.

J'aimais bouger sans cesse, enfant : prendre mon vélo pour aller de droite à gauche et de gauche à droite, aussi loin et aussi longtemps que je pouvais. Ce sentiment et cette urgence ne m'ont jamais quitté. J'aime m'échapper de chez moi pour un oui ou pour un non. Adulte, c'est toujours le mouvement qui m'attire, moins la destination. Je n'aime pas rester en place. J'aime l'odeur du matin tout autant que *la promesse de l'aube*. Aurais-je dû devenir boulanger ? Hum. Je me souviens de l'avertissement de Martin Serralta : « Attention à ne pas vouloir faire émerger une réponse utilitariste à ces émotions qui jaillissent ! » En répondant à ces questions, je ne suis pas à la recherche d'une nouvelle carrière, du métier que j'aurais dû choisir, je cherche à faire émerger de mes émotions qui j'étais et ce qui me mettait en mouvement (au sens propre comme au sens figuré, dans mon cas).

J'aimais aller à l'école et l'odeur de la cire que nous étalions à mains nues sur les tables, le samedi matin. J'aimais l'odeur de la craie, l'odeur de l'éponge, l'odeur des vieilles cartes des années 1950 et l'odeur de graille de la cantine. C'était une époque sans diététiciennes, sans normes sanitaires absurdes, sans règlements internes drastiques. Les cuisinières nous régalaient d'abats, de restes, de soupes. Tout était fait maison, tout était acheté localement, tout était avalé sans broncher. J'aimais l'école probablement parce que j'aimais – et j'aime toujours – apprendre.

### ➤ **Martin Serralta, pourquoi cette question 1 ?**

Le questionnaire vise à chercher en soi la réponse, c'est d'ailleurs pour ça qu'on dit « révéler sa Raison d'Être » et non la définir ou la choisir. Tout ce processus est une lente histoire de révélation de quelque chose qui existe déjà. Imagine ta Raison d'Être comme un trésor enfoui dans un gros rocher artificiel, comme un de ces vieux bunkers sur les plages de l'Atlantique, un bon gros rocher carré et gris reposant sur ton trésor, trésor sur lequel « on » a projeté du ciment, ce qui lui donne une taille impressionnante. L'idée, avec ces questions, est de tailler, de faire émerger des ouvertures, ou de réaliser des sondages pour laisser passer un peu de lumière... et puis beaucoup.

On commence donc cette révélation de la Raison d'Être par une série de questions sur l'enfance parce que l'enfance est un moment précieux où l'enfant a encore reçu le moins de béton sur lui... En puisant dans ses souvenirs, on vient chercher sa propre capacité d'enfant à se connecter de manière organique à son élan vital d'une façon beaucoup plus forte que chez les adultes sur qui on a martelé, configuré, restreint, limité toute la dynamique à travers l'éducation, les privations diverses, les codes sociaux, les représentations, les besoins de consommation, etc.

La majorité des enfants de 5 à 8 ans que nous fûmes étaiant en conscience d'eux-mêmes et ont des souvenirs vagues ou précis. Une fois qu'ils sont devenus adultes, si on leur pose la question de ce qu'ils adoraient faire, on essaye de les reconnecter précisément à ce type d'énergie perdue ou bétonnée. Ce que l'on va chercher dans l'ensemble de ces souvenirs, dans tout ce questionnaire, ce sont les dénominateurs communs : certains

→