

PETIT
CAHIER
d'exercices

Découvrir ses talents cachés

Xavier Cornette de Saint Cyr

ILLUSTRATIONS DE JEAN AUGAGNEUR

jou**vence**
EDITIONS

Dans la même collection **PETIT CAHIER**
d'exercices

Réussir ses transitions de vie, Christine Marsan

Se relever d'une rupture sentimentale, Clara Bigel

Apprivoiser ses émotions avec les fleurs de Bach, Marie-Claire Bloch

Trouver sa juste place avec la méthode Vittoz,
Florence Alexandre et Astrid Tacher

Se libérer des relations toxiques, Helen Monnet

La Bienveillance envers soi-même, Dr Anne van Stappen

Lever les obstacles à la perte de poids,
Dr Claude Arnaud et Sandrine Gabet Pujol

Se protéger du burn-out grâce à la Communication NonViolente®,
Dr Anne van Stappen et Caroline Hanssens

L'Intelligence émotionnelle, Ilios Kotsou

Catalogue gratuit sur simple demande

ÉDITIONS JOUVENCE

France: BP 90107 – 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse: Route de Florissant, 97 – 1206 Genève

Site Internet: www.editions-jouvence.com

Mail: info@editions-jouvence.com

© Éditions Jouvence, 2009

© Éditions Jouvence, 2020, pour la présente édition

ISBN: 978-2-88953-313-8

Couverture: Éditions Jouvence

Maquette couverture et intérieurs: Antartik

Mise en pages: SIR

Dessins de couverture et intérieurs: Jean Augagneur

Tous droits de traduction, adaptation et reproduction réservés pour tous pays.



DE LA CHANCE OU DU TALENT ?



«La chance d'avoir du talent ne suffit pas; il faut encore le talent d'avoir de la chance», disait Hector Berlioz. Et alors ? Est-ce qu'une telle phrase vous aide ? Si vous décidez que la chance se provoque plus qu'elle ne se trouve, vous vous mettez en action en considérant qu'elle ne s'attend pas; il faut aller la chercher.

De proverbes...

«Nul n'est plus chanceux que celui qui croit à sa chance.»

Proverbe allemand

«On a la chance qu'on se fait.»

Proverbe italien

... en citations :

**« Les chanceux sont ceux qui arrivent à tout
et les malchanceux, ceux à qui tout arrive. »**

Eugène Labiche

« La chance est la faculté de saisir les bonnes occasions. »

Général Douglas MacArthur

QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE UN MALCHANCEUX ET UN CHANCEUX ?



Le premier dit : « Il est trop tôt, je ne peux pas », puis déclare : « Il est trop tard, je ne peux plus. »

Le second affirme : « C'est maintenant, je peux et j'y vais. »

Vous voyez que chacun peut décider de croire en quelque chose qui l'aide... ou qui le dessert. Oui, si vous le décidez, vous aurez de la chance, celle de découvrir vos talents cachés !

Alors, venez découvrir les moyens de réaliser vos rêves et de donner à votre vie ce petit piment qui en fait toute la saveur et, tout simplement, vous R-É-A-L-I-S-E-R !

Du mot **talent**, on demande souvent de quoi il s'agit, si tout le monde en a, comment les trouver et si l'on peut les perdre ou... les développer ? On trouve également des « réponses » toutes faites, des **a priori** : « Moi ? Je n'ai pas de talent ! », « C'est pour les autres », « Si j'avais du talent, ça se saurait ! » Qui d'entre nous n'a pas, un jour, dit ou entendu ce genre de « vérités » ?

Ce livre va vous révéler vos secrets pour vous développer, pour faire mieux, pour que votre vie soit à la hauteur de ce que vous en attendez ! Rien que ça ! Et avant que le doute n'arrive, prenez comme axiome de base que **c'est possible**.

**Écrivez en noir, en bleu, en rouge et en vert
la phrase suivante :**

« J'ai des talents et je vais les exploiter. »



LES POINTS FORTS DE VOTRE VIE

Votre entrée
dans la vie

Vous,
aujourd'hui

Cette échelle ci-dessus résume votre vie.

Notez-y les événements positifs et importants qui l'ont ponctuée, où vous avez été acteur(trice). Ne mentionnez pas de drame ni d'échec. Notez vos **réussites** qui vous ont mis dans une belle énergie et dont vous avez été fier(ère). Soyez concis(e) : une date et quelques mots.

Puis, même si les circonstances ont été différentes, **recherchez le point commun entre toutes ces réussites**. Votre sens de l'effort ? Du défi ? Votre perspicacité ? Votre capacité à vous entourer des meilleures personnes ? Ceux que vous dégagerez sont une constante qui vous appartient en propre dans votre mode de fonctionnement. Notez-les ici, vous y reviendrez plus tard.

A blank, lined page from a spiral-bound notebook. The page is white with horizontal orange lines. The spiral binding is on the left side. The page is slightly tilted to the right.



AVANT DE DÉMARRER, TESTEZ-VOUS !

Quelle place accordez-vous à vos talents dans votre vie et dans ce que vous faites ?

Croyez-vous en vos potentiels et souhaitez-vous les utiliser à bon escient ?

Ou considérez-vous plutôt qu'il « suffit » d'avoir des compétences et d'attendre que la chance vous sourie ?... Voyons cela :

Question n° 1. Un talent, c'est :

- a. Un don qui me distingue.
- b. Quelque chose que je sais bien faire et refaire.
- c. Une « grâce » réservée à une élite.
- d. Une compétence que j'ai développée.



Question n° 2. Vous estimez qu'un talent...

- a. Concerne une aptitude à faire quelque chose et peut intervenir dans plusieurs domaines différents.
- b. Peut être utilisé dans un autre domaine si on s'y applique.
- c. Intervient au « hasard » dans un domaine quelconque.
- d. Se cantonne à un domaine et à un seul.

Question n° 3. Tout le monde a-t-il des talents ?

- a. Oui, mais peu en ont conscience.
- b. Oui, mais c'est difficile de les repérer.
- c. Non, à part quelques « privilégiés ».
- d. Non, le talent, ça n'existe pas !

Question n° 4. Si l'on vous dit: «Plus on a de talents, mieux c'est!», vous pensez:

- a. Non, mieux vaut en avoir deux ou trois et savoir les exploiter.
- b. Oui, mais encore faut-il connaître ceux qui sont utiles et utilisables.
- c. Oui, l'abondance de biens ne nuit pas!
- d. Non, ce n'est pas le talent qui compte.

Question n° 5. Il est essentiel, pour s'épanouir, d'améliorer tous ses points faibles!

- a. Non, car je ne fais que penser à ce qui «ne marche pas».
- b. Non, ce n'est pas en creusant un défaut qu'on va développer une qualité.
- c. Oui, on ne peut pas se satisfaire de la médiocrité.
- d. Oui, car réussir sa vie, c'est résoudre ses problèmes.

Question n° 6. Est-il utile de connaître ses points forts et de les développer?

- a. Oui, pour les utiliser avec un effet de levier.
- b. Oui, ça renforce mon estime de moi et ma confiance.
- c. Non, car mes points forts dépendent trop d'un contexte précis.
- d. Non, si j'ai des points forts, ça me suffit et je n'ai pas besoin de les développer.

Question n° 7. Pensez-vous qu'une partie positive de vous-même mériterait d'être révélée?

- a. Oui, de nombreuses choses doivent encore sortir et je pourrais en bénéficier.
- b. Oui, cela m'arrive de le penser en certaines occasions.
- c. Non, je pense bien me connaître et savoir exprimer tout ce qui est en moi.
- d. Non, je ne vois pas à quoi cela pourrait me servir.