

Explorez votre créativité

Pourquoi ce livre ?	9
Votre matériel	10
<i>Exercice n° 1 : Les morning pages (ou pas)</i>	11
<i>Exercice n° 2 : 10 lieux où vous avez dormi</i>	13
<i>Exercice n° 3 : 5 phrases inspirantes</i>	15
<i>Exercice n° 4 : De l'importance d'être nul</i>	17
<i>Exercice n° 5 : Fixez-vous des objectifs</i>	19
<i>Exercice n° 6 : Inspirez-vous des meilleurs</i>	21
<i>Exercice n° 7 : 7 jours</i>	23
<i>Exercice n° 8 : Une vie réussie</i>	24
<i>Exercice n° 9 : Regardez dans le rétroviseur</i>	25
<i>Exercice n° 10 : Décrivez la beauté des objets du quotidien</i>	26
<i>Exercice n° 11 : Clamez des rimes</i>	29
<i>Exercice n° 12 : Remerciez-vous</i>	30
<i>Exercice n° 13 : Ayez la flemme</i>	31
<i>Exercice n° 14 : Immortalisez le quotidien</i>	32
<i>Exercice n° 15 : Relisez-vous !</i>	33

<i>Exercice n° 16 : Petits dessins</i>	34
<i>Exercice n° 17 : Écrivez-vous</i>	35
<i>Exercice n° 18 : Souvenirs des belles choses</i>	36
<i>Exercice n° 19 : Observez vos routines</i>	37
<i>Exercice n° 20 : Faits divers</i>	38
<i>Exercice n° 21 : Hasard bizarre</i>	39
<i>Exercice n° 22 : Journée 100 % lecture</i>	41
<i>Exercice n° 23 : Laissez tout en plan</i>	42
<i>Exercice n° 24 : Devenez manuel</i>	43
<i>Exercice n° 25 : 7 photos.....</i>	44
<i>Exercice n° 26 : Je me souviens.....</i>	45
<i>Exercice n° 27 : Vos peurs</i>	46
<i>Exercice n° 28 : Vos premières fois</i>	47
<i>Exercice n° 29 : La suite... ..</i>	48
<i>Exercice n° 30 : Liste des listes</i>	50
<i>Exercice n° 31 : Cartes postales</i>	52
<i>Exercice n° 32 : En musique.....</i>	53
<i>Exercice n° 33 : Dormez!.....</i>	54
<i>Exercice n° 34 : Changez</i>	55

<i>Exercice n° 35 : Répétez encore et encore</i>	56
<i>Exercice n° 36 : Mettez des mots</i>	57
<i>Exercice n° 37 : Pourquoi ?</i>	58
<i>Exercice n° 38 : Posez des questions</i>	59
<i>Exercice n° 39 : Vos 10 commandements</i>	60
<i>Exercice n° 40 : Écoutez</i>	62
Pour aller plus haut	63