

A photograph of a wooden desk with a laptop, a pen holder, a pen, and a blank sheet of paper. The text is overlaid on the image.

# Le Mouvement des Actionneurs

---

## Zone 4 - L'action

**Transcription**

Bonjour ! Et bienvenue dans la quatrième zone, la zone de l'action.

C'est le moment où on va passer de l'imaginaire au réel, souvenez-vous du sommaire, toujours de cette carte globale qu'on a vu dans la vidéo d'introduction. Maintenant que votre projet est défini, eh bien on va le concrétiser, on va le matérialiser dans la réalité, et c'est ce qui va nous permettre de matérialiser ce qu'on avait dans nos pensées, dans notre imaginaire, dans le réel.

## Devenir un étudiant permanent

Donc, on passe tout de suite sur mon ordinateur, et on va regarder un petit peu les différents chapitres qu'il y a là-dedans. Alors on a 5 chapitres dans cette zone-là, le 1er qui va s'appeler « Devenez un étudiant permanent » sur lequel on va voir la différence entre les 4 niveaux de compétence. Vous allez découvrir, vous avez l'incompétence inconsciente, l'incompétence consciente, la compétence consciente et la compétence inconsciente.

Alors, quand je le dis comme ça, ça peut sembler compliqué, mais vous verrez. Vous aurez un exemple avec un bébé qui marche, et ça, c'est simple à comprendre, mais c'est très très important d'avoir ça en tête. Puis surtout, ce qu'il faut retenir de ce chapitre-là, ce sera l'idée de savoir qu'en permanence vous ne savez pas tout. On est tout le temps dans l'incompétence inconsciente. Ça veut dire : « Je ne sais pas, mais je ne sais même pas que c'est possible de... ». Un petit peu comme le bébé qui est dans un berceau au début, et qui ne sait même pas qu'on peut se déplacer, que ce soit à quatre pattes ou debout. Donc ça, vous allez voir ça là-dedans.

## L'amélioration continue

L'amélioration continue, on est sur un concept qui s'appelle le cercle du succès avec quatre sous-concepts qui sont : potentiel, action, résultat et croyance, qui est un concept que j'ai découvert dans le livre d'Anthony Robbins « Pouvoir illimité » (un très bon livre). Dans cette vidéo, on va revenir un petit peu là-dessus, très important, la définition de la première action, c'est ce qui va faire que votre projet va fonctionner ou pas, que vous allez vraiment passer à l'action sur quelque chose que vous allez réussir, et pas sur quelque chose sur lequel que vous allez échouer et c'est hyper important, lorsque vous passez à l'action d'être sûr d'aller au bout de l'action. Finalement, que ça réussisse ou pas, ce n'est pas très très grave, mais ce qu'il faut,

c'est au moins que vous alliez jusqu'au bout, parce que si vous n'allez pas jusqu'au bout, vous allez rester dans l'incompréhension, vous ne saurez pas, vous n'aurez rien appris. Alors que si vous faites une action jusqu'au bout, que l'issue soit favorable ou défavorable, vous aurez appris quelque chose dans tous les cas. C'est ce qu'on voit dans l'apprentissage avec l'apprentissage permanent, l'apprentissage se fait dans l'action et pas juste dans la réflexion bien sûr, et ensuite avec l'amélioration continue aussi, on parle de ça et ensuite on va concrétiser ça dans la première action et le passage à l'action.

Le chapitre 16 : « Organisez-vous pour réussir » est un très gros chapitre avec toutes les méthodes d'organisation et de productivité que j'utilise moi-même. Et j'ai souhaité vous les transmettre dans ce chapitre-là, donc on repartira sur les objectifs SMART, on a défini votre projet sous la forme d'un objectif SMART, mais les sous-objectifs de votre projet, les jalons, comme on l'a vu dans la zone précédente, vont être aussi définis sous la forme d'objectif SMART.

On verra aussi la technique Pomodoro, qui est une technique très connue dans le développement personnel. On verra une technique un peu moins connue, mais indispensable qui s'appelle la matrice d'Eisenhower, on verra des astuces de planification et je vous expliquerai comment devenir le chef d'orchestre. Je vais vous reparler un peu de ça dans cette vidéo sur comment devenir le chef d'orchestre de votre projet, plutôt que la personne qui essaie de jouer tous les instruments de musique.

Puis, on verra aussi, quelque chose de très important, je vais revenir un peu là-dessus dans cette vidéo sur la motivation à long terme et les 3 tests par lesquels tout le monde passe. On va parcourir rapidement cette zone dans cette vidéo, nouvelle zone, la zone de l'action.

Donc l'étudiant permanent, je ne vais rien rajouter de spécial dans cette vidéo, vous lirez le bouquin, il y a tout dedans, c'est assez simple à comprendre, mais c'est très important de l'avoir en tête parce que c'est grâce à ce mécanisme que vous allez apprendre et vous pouvez tout apprendre comme ça.

Ensuite, donc l'amélioration continue, pareil, c'est un concept d'un coach américain qui s'appelle Anthony Robbins, c'est ce qui s'appelle le cercle du succès. Je vous laisserai découvrir ça aussi dans le bouquin.

## Définir la première action

Déterminer la première action, très importante. C'est une méthode que j'ai appelée : la méthode de division successive et que j'ai adaptée lorsque j'étais ingénieur. Lorsque j'étais ingénieur, en informatique, on a une méthode qui est — c'est un anglicisme — la « componantisation ». C'est-à-dire la mise en composant.

En fait, c'est assez simple à imaginer. Si je vous parle de lego... Si vous imaginez un grand monument fait en lego, les jeux pour enfants, eh bien, ce monument-là, il est composé de petites briques. Ces petites briques, elles sont toutes simples. Vous avez des petites briques qui vont être plus ou moins grandes, des lignes, des coins, des arrondis. Vous avez plein de petites briques qui, une fois assemblées font quelque chose de très complexe en apparence. En informatique, on fait la même chose. On crée des programmes informatiques qui sont très complexes, mais qui sont faits de composants. Ça va être les composants en informatique, dans ces composants, il y a des objets qui sont encore plus simples que les composants, dans ces objets on a des fonctions. Ça, c'est du code, mais on part d'un truc complexe, la vision globale. Exactement comme on fait dans ce bouquin.

Souvenez-vous du sommaire. Puis, on va décortiquer, diviser en structure dite atomique, ça veut dire très très simple qui vont nous permettre de réaliser le grand ensemble. Et lorsqu'on réalise une structure atomique, c'est-à-dire la plus simple possible, vous pensez à la petite pièce de lego. Eh bien, on est focalisé à fond sur cette pièce-là. Une fois qu'elle est finie, on passe à la pièce d'après et on les assemble. Ensuite on passe à la pièce d'après et on les assemble, etc.

Adapté au développement personnel, à l'avancement de projet, lorsque j'écris ce bouquin-là, eh bien, il y a un moment où c'était définition de sommaire, à un moment c'était : rédaction du livre.

À un moment, ça a été création de la formation, tournage de la formation, ce que je fais en ce moment. À un autre moment, ça a été : contacter tous les influenceurs à qui je veux envoyer le livre pour qu'ils en parlent autour d'eux, hop, je liste ça !

Et quand je fais quelque chose, quand je fais cette vidéo, je ne pense à rien d'autre. Quand j'écris le manuscrit, je ne suis pas en train de penser à la formation que je vais faire après, j'écris le manuscrit. Quand je définis le sommaire, je ne suis pas en train de penser à écrire le manuscrit, je définis le sommaire. Et quand je contacte les influenceurs, je ne suis pas en train de penser à cette formation que je suis en train de tourner, donc c'est la même chose.

On doit diviser au maximum pour trouver l'action atomique la plus simple, et ensuite passer à l'action en se focalisant là-dessus. Ça, c'est l'objectif du chapitre 16 et de cette méthode des constatations successives que je vous détaille et qui va vous permettre de passer à l'action sur une question, sur une action extrêmement simple qui va vous permettre d'être sûr d'aller au bout de cette action. Très important ! Ensuite vous pourrez utiliser cette méthode-là dès que vous aurez à passer l'action sur quelque chose.

## S'organiser pour réussir

Organisez-vous pour réussir. C'est un long chapitre où je détaille la technique Pomodoro qui est une technique très connue, matrice d'Eisenhower qui est l'ordonnancement des tâches. Vous allez classer les différentes tâches que vous avez à faire suivant différentes catégories, importantes et non urgentes, urgentes et importantes, non urgentes et non importantes ou urgentes et importantes, vous verrez tout ça. En fonction de l'endroit où vous classez ces tâches, eh bien, vous allez avoir une action qui sera, soit déléguée, soit faite, soit éliminée, soit planifiée. Très puissant, une petite gymnastique mentale au début pour la comprendre et la mettre en application, une fois qu'on l'a, moi j'utilise ça tous les dimanches. Lorsque je fais le planning de la semaine d'après, eh bien j'utilise ça. Je me dis : « OK, quels sont les objectifs ? Qu'est-ce que je délègue ? Qu'est-ce que je fais ? Qu'est-ce que j'élimine ? Qu'est-ce que je planifie ? »

Par exemple, un exemple super concret sur cette formation-là, j'ai planifié de tourner ces vidéos. Éliminer, bon, il n'y a pas grand-chose à éliminer, mais on aurait pu imaginer que j'aurais par exemple décidé de tourner cette formation en extérieur parce que c'était plus inspirant ou je ne

sais quoi. J'aurai regardé et je me serais dit : « Non, en fait, ce n'est pas urgent, ce n'est pas important ». J'aurai éliminé le truc, vous voyez ?

Après, déléguer, cette formation en ligne va être accompagnée de transcription textuelle que vous pourrez retrouver d'ailleurs sous ces vidéos-là, ces transcriptions textuelles, ce n'est pas important, pour vous ce n'est pas le truc le plus important, ce n'est pas non plus urgent là-dessus. Et en fait, vous verrez qu'il y a une nuance dans cette case-là, parce que là on se trouve vraiment pour la transcription textuelle des vidéos. C'est quelque chose qui serait urgent parce que le livre sort bientôt, mais c'est non important. Ce n'est pas le truc le plus important de la formation. C'est-à-dire vous n'auriez pas les transcriptions textuelles, ça ne changerait pas votre vie. Par contre, c'est un vrai plus pour vous, si vous avez envie de relire ce que je dis dans ces vidéos en format papier, c'est un vrai plus.

De même avec les transcriptions audios, si vous avez la transcription audio comme ça, vous pouvez écouter la formation dans les transports en commun ou quand vous faites du sport, ou quand vous faites votre ménage, etc., c'est un vrai plus pour vous. Mais ce n'est pas le truc le plus important.

Donc ça, c'est quelque chose, en utilisant la matrice d'Eisenhower, une fois que c'est dans votre conscience, c'est devenu une compétence inconsciente, et puis immédiatement, je ne vais pas me mettre devant mon ordinateur, et transcrire tout ça à la main, je vais le déléguer à mon équipe.

Après, bien sûr, c'est en fonction de là où vous en êtes, je n'ai pas délégué dès le début quand j'ai lancé le projet, mais c'est important d'avoir ça en tête, d'avoir cette façon de raisonner et le jour où on peut déléguer, eh bien de toujours penser à déléguer un maximum de choses où vous n'êtes pas utile, vous n'êtes pas utile à 100 %. Parce qu'on peut faire énormément de choses, mais on perd du temps lorsqu'on fait des choses sur lesquelles on n'est pas au cœur de son ikigai, et moi le cœur de mon ikigai, ce n'est clairement pas de taper du texte pour transcrire une vidéo, ça, je délègue.

Vous voyez un peu l'idée ? Je vous ai juste donné un exemple concret là-dessus, je vous laisse lire ce chapitre, c'est très important.

Ensuite, la planification, la délégation, il y a un petit chapitre sur la délégation, mais je vous référence surtout un bouquin dans ce chapitre-là qui s'appelle « The one minute manager », qui est très très bon si vous cherchez à déléguer pour la première fois, vous verrez ça dans le livre bien sûr. Voilà, c'est là-dessus que je voulais revenir, l'importance de se voir comme un chef d'orchestre.

## Devenir le chef d'orchestre

Lorsqu'on a un projet un peu ambitieux, typiquement la création d'une entreprise, on a envie de tout faire soi-même. Et on se retrouve un peu à vouloir être le meilleur musicien d'un orchestre philharmonique, à vouloir jouer aussi bien du violon que de la batterie, de la harpe, de la guitare, du piano, que différentes percussions, etc. Et on sait très bien qu'on pourrait avec beaucoup de temps apprendre plus ou moins bien chacun des instruments, mais on ne serait pas ultra efficace.

Notre expertise unique, elle va peut-être être seulement dans le piano par exemple ou dans la guitare, et on doit être le meilleur là où on a notre expertise unique, notre ikigai, être le meilleur guitariste du monde. Pour être dans le meilleur orchestre philharmonique du monde et jouer de la guitare, là où on est le meilleur, qu'essayer de jouer tous les instruments.

Un chef d'entreprise, il sait à la fois jouer de la guitare, c'est-à-dire être dans son expertise unique forte, mais aussi être le chef d'orchestre de l'orchestre, et diriger. Enfin... Trouver les personnes qui sont les plus adaptées aux tâches, le meilleur violoniste, le meilleur pianiste le meilleur batteur, etc., et ensuite leur faire faire un travail qui correspond à leurs expertises uniques et les coordonner entre eux. C'est pour ça que j'ai cette vision de chef d'orchestre qui est pour moi extrêmement importante.

Avoir ça en tête, c'est primordial, et de te dire : « OK, je ne suis pas la personne qui va essayer de jouer tous les instruments. Je suis ce chef d'orchestre qui va trouver les meilleurs musiciens et essayer de les ordonnancer entre eux pour qu'ils communiquent le mieux possible et que ce qui ressort soit la plus belle symphonie musicale qui existe ». Très important ce concept-là, c'est pour ça que je voulais revenir dessus sur cette vidéo.

## La motivation

Sur la motivation à long terme, quelque chose d'assez important que j'ai remarqué sur les différentes années qui m'ont permis de mettre en place mon approche, le développement personnel par l'action, c'est que lorsqu'on commence quelque chose, il y a 3 tests par lesquels on passe pour être motivé à long terme : le test de la passion, le test de l'échec et le test de la persévérance.

Donc, je vous laisserai lire les descriptions de ces tests-là. C'est très important de les connaître. Parce que lorsque vous les connaissez, eh bien, vous savez que lorsque vous avez une baisse de motivation comme c'est symbolisé sur cette courbe ici, vous savez que c'est normal et que c'est juste un test. En fonction du test dans lequel vous êtes, vous allez pouvoir répondre à des questions et savoir si vous allez pouvoir dépasser cette baisse de motivation et atteindre le saint Graal de la réussite, c'est-à-dire la motivation à long terme qui est représentée ici, et qui fait qu'après on ne subit plus ces baisses de motivation. On les rencontre, mais on arrive à les gérer.

Il y a une règle fondamentale que je veux partager avec vous dans cette formation, c'est qu'être motivé à long terme ne revient pas à ne jamais avoir de baisse de motivation. Énormément de coachs de motivation sur internet vont vous dire : « Ouais, je suis super motivé en permanence, je n'ai jamais de baisse de motivation », c'est archi faux ! On a tous des baisses de motivation. La clé pour être motivé sur le long terme, c'est d'apprendre à gérer ces baisses de motivation.

Les 3 tests dont je viens de vous parler : le test de la passion, le test de l'échec et le test de la persévérance sont les moyens que moi, j'ai mis en place et qui me permettent de gérer mes baisses de motivation, de rebondir et d'avoir cette motivation à long terme. Mais avoir une motivation à long terme = gérer ces baisses de motivation, et surtout pas = ne pas avoir de baisse de motivation, extrêmement important. Et ça, je voulais vraiment le dire dans cette formation.

Voilà pour cette partie-là. Ensuite on arrivera à la zone 5 qui est la zone de la persévérance. Voilà pour cette introduction à la zone 4, sur la zone de l'action, je vous laisse lire. Faites bien tous les exercices et je vous dis : à très bientôt !



