Cherche à apporter de la valeur

Salut ! Bienvenue dans ce nouvel épisode de « Marcher avec Johan ». Je suis très content que tu aies décidé de me rejoindre pour passer un petit moment avec moi. Dans ce podcast, dans cet épisode, nous allons parler développement personnel, comme nous le faisons tous les mercredis ensemble.

Dans les premières minutes, je vais peut-être être un peu essoufflé parce que je marche, c'est le principe de « Marcher avec Johan ». Là, je suis sur un chemin sur lequel il y a du dénivelé, ça veut dire que ce n'est pas plat, le chemin n'est pas plat. En l'occurrence, ici, il monte. C'est un dénivelé positif, c'est-à-dire que le chemin monte. Et forcément, quand le chemin monte, il faut faire plus d'effort et quand tu parles c'est plus compliqué, mais ce n'est pas un souci.

Aujourd'hui, on va parler de développement personnel et en particulier d'apporter de la valeur, essayer d'apporter de la valeur aux gens. Avant ça, je te rappelle que tu peux rejoindre la lettre d'information de Français Authentique. Tu peux le faire dans la description. Tu as un lien qui te permet de mettre ton adresse mail et de pouvoir être informé plusieurs fois par semaine des différents contenus de Français Authentique. Je t'invite vraiment à le faire pour ne rien manquer. Ça te permet vraiment d'avoir accès à tous les contenus, qu'ils soient de développement personnel ou d'apprentissage du français en général.

Je ne sais pas si tu entends, mais il a pas mal plu ces derniers temps. Bien qu'on soit plutôt en hiver et que ce soit le moment où normalement il fait froid, nous avons eu de la pluie. Du coup, sous mes pas, on entend de la... on appelle ça de la boue, donc c'est de la terre qui est mouillée. Et donc, quand je marche ça fait crouic crouic, tu l'entends peut-être.

Le sujet d'aujourd'hui, je voudrais partager avec toi une chose que je fais ou que j'essaie de faire depuis peu mais que je ne faisais pas auparavant. C'est une chose que je ne pratiquais pas au quotidien et que j'essaie aujourd'hui, dès que je le peux en tout cas, de faire. Tu sais que j'ai toujours partagé, tu le sais si tu suis les contenus de Français Authentique, tu sais que j'ai toujours partagé mes expériences personnelles, ce que j'apprends de différentes situations, et dans le cadre du podcast ou de mes vidéos, j'essaie de partager avec l'audience mes lectures, ce que j'apprends dans mes différentes lectures, j'essaie de partager des opinions, des avis.

Ce sont des choses que j'essaie de faire depuis toujours : partager mes expériences, mes lectures, mes avis, avec la communauté Français Authentique. Ça, je le fais dans mes contenus. Je trouve ça sympa parce que vous qui écoutez, ça vous permet d'apprendre, de réfléchir, de vous dire : « Tiens, je suis d'accord avec Johan ou je ne suis pas d'accord avec

Johan ». Ça permet en fait de vous stimuler, de réussir à, en tout cas, réfléchir à différentes choses.

Et moi, évidemment, ça m'aide aussi parce que quand on enseigne, on apprend, quand on partage des choses qu'on a apprises, on apprend. Jim Rohn que je cite souvent, qui était un grand conférencier américain très actif dans le développement personnel, il disait : « Vous, vous entendez ce que je vous dis une fois, mais moi je l'entends 100 fois, parce que je le partage, je l'enseigne 100 fois ».

Je trouve ça assez intéressant comme point de vue, c'est que finalement celui qui partage, celui qui donne une opinion, il progresse, parce que souvent c'est en expliquant et en réexpliquant une chose qu'on arrive à se développer. J'ai toujours trouvé que le fait de partager dans mes contenus, ça aidait l'audience et ça m'aidait aussi moi-même.

Par contre, ce que je ne faisais pas, et c'est un petit peu la chose dont je voudrais te parler aujourd'hui, c'est que je ne partageais pas ce que j'apprenais et mon expérience avec mes proches et mes amis au quotidien. Ça, c'est une chose que je ne faisais pas, que je ne fais certainement pas encore assez. C'est un réflexe, c'est une habitude, que je n'ai pas.

Je me disais en fait, et c'est une erreur puisque, je pense, ça dépend toujours de la manière dont on le fait, mais j'avais peur que ce soit vu comme de la prétention. Je me disais : « Pourquoi est-ce que je serais légitime quand quelqu'un me parle d'un de ses soucis ? Pourquoi est-ce que je serais légitime à lui donner un conseil ? Il ne m'a pas demandé une séance de conseil. Je ne suis qu'un ami, qu'un proche, donc pourquoi est-ce que j'essayerais de lui donner mon avis ou de partager mon expérience ? » Je voyais ça comme un exercice un peu prétentieux, donc j'avais tendance à beaucoup écouter et à peu finalement essayer de partager mon expérience.

Bien sûr, j'ai toujours essayé de conseiller quand j'étais sûr ou quand le sujet était un sujet qui touchait mon expertise directe, mais si ça sortait un peu de ce cadre, j'avais tendance, plutôt par humilité, je pense, à ne pas trop m'étendre sur le sujet.

Ce que je me dis, en y réfléchissant de plus en plus, c'est que souvent quand on partage un problème avec quelqu'un, c'est super intéressant d'avoir un avis. Quand on rencontre un obstacle, ça apporte beaucoup de valeurs d'entendre quelqu'un partager son expérience.

Ce que j'essaie de faire depuis peu, et c'est dur parce que c'est plus facile pour moi de donner des opinions, des conseils, avec un micro à la main ou une caméra à la main que de le faire en direct avec quelqu'un et qui plus est une personne qui ne l'a pas vraiment demandé, qui est seulement un proche avec lequel je discute, mais je me dis que je peux aider, je peux partager ce que j'ai appris. J'ai lu énormément de livres.

Même si je n'ai pas encore une expérience énorme de la vie, j'ai eu l'occasion de vivre pas mal de situations, d'expériences différentes, des expériences professionnelles quand je travaillais dans l'industrie, des expériences de vie en tant que père de famille, des expériences en tant qu'entrepreneur, puisque j'ai créé Français Authentique il y a maintenant 10 ans. Je me dis que toutes ces expériences et tout ce que j'apprends au quotidien, parce que je lis tous les jours, ça peut me servir à moi mais ça peut aussi servir aux autres.

Si je le fais, puisque comme je te disais juste avant, la raison pour laquelle je ne le faisais pas jusqu'à présent, c'est que je trouvais que ça pouvait paraître prétentieux, mais si je commence à le faire avec empathie, c'est-à-dire en comprenant les sentiments de l'autre, en sentant par exemple s'il n'a pas envie d'avoir mon opinion, si je le fais en pensant à son bien à lui, donc à son intérêt à lui, si je le fais avec un grand respect et avec beaucoup d'humilité, c'est-à-dire pas en lui disant : « Écoute, je sais mieux que toi », mais en lui disant : « Écoute, voilà ce que je pense et voilà comment je vois la situation. Bien sûr, je ne suis pas à ta place. Bien sûr, ce n'est pas un conseil, c'est juste une opinion », si je le fais de cette façon, avec humilité, et que je n'essaie pas d'impressionner, que je n'essaie pas de le faire pour mon intérêt personnel, pour essayer d'être vu comme quelqu'un de compétent, alors si je le fais pour toutes les bonnes raisons que j'ai citées juste avant, en oubliant complètement les mauvaises raisons qui pourraient être là, eh bien j'aiderai. Et si j'aide, j'apporte de la valeur.

Ce n'est évidemment pas simple à faire, ça peut toujours être un peu dangereux, puisque ton avis peut être parfois mal interprété ou peut-être ignoré ou contredit. Évidemment que, en faisant ça, on s'expose un peu, mais je pense vraiment que ça vaut le coup de le faire puisque ça peut permettre à celui qui en a besoin et envie, de progresser. Donc, tu peux littéralement apporter beaucoup de valeurs.

Avant, il y avait un frein que je me mettais aussi. Je te dis : « J'avais peur d'être vu comme quelqu'un qui n'était pas humble », mais il y a aussi un autre frein que j'avais, qui était de me dire : « Oui, mais de toute façon on risque de ne pas m'écouter ou de ne pas appliquer ce que je dis ». Si tu conseilles quelqu'un, tu peux avoir la peur que cette personne ne t'écoute pas ou ne prenne pas en compte ce que tu as dit, n'applique pas ce que tu proposes ou ce que tu recommandes, entre guillemets.

Aujourd'hui, j'ai compris que même ça ce n'est pas grave, puisque ce n'est pas ma part. Si moi je rencontre quelqu'un qui a un souci et que je lui dis : « OK. Ce que tu me racontes là, ça me rappelle un problème que moi j'ai eu. Voilà dans quel contexte, voilà ce qui s'est passé, voilà ce que j'ai fait, voilà ce que je pense était une erreur, ce que je pense était quelque chose de bien. Si ça m'arrivait aujourd'hui, maintenant que je n'ai plus les émotions, voilà ce que je ferais ». Le reste, ce n'est pas ma part. S'il écoute, c'est bien ; s'il

n'écoute pas, ce n'est pas grave. Je ne peux pas le changer, ce n'est plus en mon pouvoir, ce n'est pas ma responsabilité.

L'idée, c'est vraiment juste, et c'est déjà pas mal, de s'engager à faire sa part. Et sa part, notre part, c'est d'apporter la valeur qu'on peut t'apporter. Si la personne qui est en face décide de s'en saisir, de l'utiliser, c'est bien ; si elle l'ignore, c'est OK aussi.

Ça, ça m'a beaucoup tranquilisé et beaucoup enlevé de pression, puisque je me mettais un peu la pression en me disant : « Oui, mais finalement on ne va pas m'écouter peut-être, et du coup, ce serait une perte de temps ». Mais non, l'idée, c'est juste de s'engager à faire sa part et à le faire évidemment du mieux possible.

Je me dis que c'est une très belle mission finalement, une belle mission de vie, d'essayer... il y a ce concept de dire : « Quelle que soit la situation dans laquelle tu entres, fais en sorte qu'elle soit meilleure quand tu pars ». Ça, ça peut être pour les choses matérielles. Si tu, je ne sais pas, achètes une maison, au moment où tu la revends, fais en sorte que cette maison soit dans un meilleur état, tu as apporté de la valeur. Ça, c'est pour les choses matérielles.

Mais évidemment, ça marche encore mieux pour les choses non matérielles, les choses immatérielles, comme une discussion par exemple, où la discussion, quand tu la quittes, elle a plus de valeur que quand tu es entré. Ça, c'est vraiment, à mon avis, une belle mission de vie, un très bel objectif de vie.

Je te dis, pendant très longtemps, je ne l'ai pas vraiment considéré, je ne l'ai pas vraiment suivi. Je m'efforce de le faire aujourd'hui et je prends du plaisir à le faire sans avoir cette crainte de ne pas être vu comme quelqu'un de humble et sans avoir cette crainte de faire une chose inutile parce que si, encore une fois, on n'écoute pas ou on considère que ce n'est pas dans l'intérêt de la personne de suivre mon opinion, eh bien ce n'est pas grave, ça ne me dérange pas.

J'ai, pas plus tard que la semaine dernière, eu l'occasion de partager un avis avec un ami qui me disait avoir un problème en tant que chef d'entreprise et je lui dis : « Ben voilà... » J'ai partagé une expérience avec lui que je n'aurais vraiment pas fait il y a un an et je lui ai dit : « Voilà comment je vois les choses ». Il a apprécié mon aide, il a fait ce qu'il avait à faire, lui, en fonction de sa situation, mais je pense lui avoir apporté de la valeur et c'est tout ce qui compte.

Voilà ce que je voulais te dire aujourd'hui. J'espère que ça t'a plu, que ça t'a intéressé, que ça t'a peut-être inspiré à essayer d'apporter de la valeur à tes proches, à tes amis, à ta famille, à tous ceux qui sont autour de toi.

On se retrouve très bientôt, évidemment, pour du contenu en français authentique. N'oublie pas d'aller voir dans la description de cet épisode le lien qui te permettra de rejoindre la lettre d'information.

Merci de ta confiance. Je te dis à très bientôt pour un nouvel épisode de « Marcher avec Johan ». Salut !