

Mon égo essaie de me convaincre d'être frustré

Salut ! Merci de me rejoindre dans ce nouvel épisode du podcast « Marcher avec Johan ». Ça me fait très plaisir de t'avoir avec moi. On marche ensemble dans la boue, dans la terre mouillée par la pluie.

Aujourd'hui, je voudrais partager avec toi une expérience, une situation, que je rencontre et qui me fait réfléchir évidemment. J'aimerais beaucoup t'en parler non pas parce que je pense que ça t'intéressera, la situation en elle-même n'est pas forcément intéressante, mais ce qui peut être intéressant, c'est ce qu'on en tire, c'est ce qu'on en apprend sur nous et sur une autre, peut-être, situation similaire qui pourrait t'arriver.

Avant de commencer, je voudrais te rappeler que tu peux rejoindre la lettre d'information de Français Authentique. Tu as le lien dans la description de cet épisode et ça te permettra d'avoir tout simplement accès à tous les contenus de Français Authentique. Tu reçois un mail hebdomadaire avec l'actualité, avec tous les liens de tous les contenus de la semaine, il y en a beaucoup. Il y en a actuellement quatre et parfois un peu plus. Et tu recevras aussi régulièrement des emails de contenus exclusifs que personne ne voit en dehors de ceux justement qui reçoivent mes emails et qui sont inscrits à ma liste mail.

Alors, tu as vu le titre de cet épisode qui est « Mon égo essaie de me convaincre d'être frustré ». Il y a plusieurs mots ici un peu spéciaux. Tu as le mot « égo », tu as peut-être le mot « frustré » qui peut te poser problème, peut-être, je ne sais pas. Ce sont ces mots que j'aimerais déjà t'expliquer avant de te dire pourquoi j'en viens à te dire cela.

L'égo, c'est le moi, le je, c'est la personne que l'on est, c'est plutôt la conscience de soi-même. Ça, c'est l'égo, ce qu'on appelle l'égo. Quand on est frustré, c'est quand il se passe une chose qui ne nous plaît pas. On préférerait, on aimerait bien que cette chose ne se passe pas, qu'autre chose se passe en tout cas. Ça, c'est quand on est frustré.

Et moi, je te dis que mon égo, donc mon moi, ma conscience, essaie de me convaincre, essaie de convaincre ma partie rationnelle, mon cerveau qui pense, qui réfléchit, que je dois être frustré, donc que je ne dois pas être satisfait ou que je dois être insatisfait de quelque chose qui se passe.

L'égo, on en parle beaucoup. Beaucoup de philosophes parlent de l'égo depuis 2 000 ans ou plus de 2 000 ans. Depuis que la philosophie existe, l'égo, on en parle. Les psychanalyses en parlent aussi énormément d'une autre façon.

L'égo, souvent, c'est vu un peu comme un problème, un frein au développement personnel, parce qu'on dit qu'en fait on a... je schématise et je simplifie énormément, on dit qu'en gros c'est ce qui nous fait chercher notre intérêt. On voit le monde avec des lunettes,

notre égo, qui sont là pour notre intérêt personnel. D'ailleurs, l'adjectif égoïste, quelqu'un qui est égoïste, c'est quelqu'un qui ne pense qu'à lui et qui ne pense pas du tout aux autres. Quand on dit que quelqu'un est égoïste, c'est très négatif.

Il y a d'ailleurs un livre sympa, un livre que j'aime beaucoup, d'un auteur que j'aime beaucoup, Ryan Holiday, qui a écrit *L'ego est l'ennemi*. Selon lui, une des thèses du livre, c'est que notre égo, notre partie de nous qui cherche tout le temps notre intérêt, qui cherche à faire en sorte que le monde fonctionne pour nous en priorité et les autres on s'en moque un peu, eh bien est un grand problème et nous freine. Au lieu de nous servir, parce qu'on pourrait se dire : « Notre égo, il est là pour nous servir », eh bien souvent l'égo, il ne nous sert pas. Il nous aveugle, mais il ne nous sert pas.

Je ne suis pas une personne qui a un gros égo. En français, on dit « avoir un égo démesuré », quelqu'un qui a un égo démesuré, c'est-à-dire qui a un très gros égo. Démesuré, ça veut dire il n'a pas de mesure tellement il est gros, il est plus gros qu'il ne devrait être. Avoir un égo démesuré, c'est quelqu'un qui pense être le meilleur et qui a une très grande opinion de lui-même. Ce n'est pas une chose, en tout cas je le pense vraiment, ou ce n'est pas un défaut que j'ai. J'ai plein de défauts, clairement, mais je ne pense pas avoir ce défaut, d'avoir un égo démesuré.

Je voudrais partager avec toi une expérience, parce que malgré tout il y a, je pense, une partie de moi, une partie de mon égo qui, ici, pense ou essaie de me rendre frustré alors que je ne devrais pas. Ce qui se passe, c'est que je vois en ligne, beaucoup de créateurs de contenus dans l'enseignement du français qui s'inspirent beaucoup de ce que fait Français Authentique. Alors ça, ce n'est pas nouveau, ce n'est pas une chose qui a démarré hier, mais j'ai l'impression que ça s'amplifie énormément.

Il y a des gens qui s'inspirent beaucoup, mais il y a des autres qui, clairement, copient littéralement des contenus de Français Authentique, des idées, des noms. Certains donnent le... J'ai vu un podcast qui... Le gars, il avait nommé son podcast 100 % français authentique par exemple. Là, c'est clairement de la copie. Ce n'est pas seulement de l'inspiration, ce n'est pas seulement quelqu'un qui essaie de prendre des idées, c'est quelqu'un qui prend carrément le nom. Et il y a plein d'autres choses comme ça.

Comme je te dis, j'ai commencé en 2011. Quand j'ai commencé avec Français Authentique, ceux qui enseignaient en ligne, qui commençaient à enseigner le français en ligne, ils le faisaient à partir de l'anglais. J'étais, à ma connaissance... Si quelqu'un d'autre le faisait et écoute ce podcast, j'aimerais l'entendre, mais quand je faisais des recherches à l'époque, quand j'ai démarré Français Authentique, je n'ai rien vu de semblable.

Au fur et à mesure, j'ai vu des gens arriver, faire des choses très bien. J'en ai parlé dans une vidéo You Tube dans laquelle je dis que Français Authentique a de la concurrence et c'est très bien, je vois ça comme une chose très positive.

Et forcément, quand il y a de la concurrence, il y a des gens qui vont s'inspirer. Certaines idées par exemple que j'avais établies au fur et à mesure des années sont reprises. Comme je te dis, parfois il y a même les noms. Parfois je vois une innovation, donc un test que nous faisons, parce qu'on est tout le temps en train d'essayer d'apporter de la valeur et donc d'essayer des choses nouvelles. On essaie quelque chose de nouveau et quelques semaines après, on voit que quelqu'un fait la même chose. Ou on insiste sur une fonctionnalité de Français Authentique et on voit que quelqu'un fait la même chose.

Je ne regarde pas et c'est peut-être justement ce qui me frustre parce que, de base, j'ai toujours eu pour règle de ne pas regarder ce que font les autres, ce que font mes concurrents. La raison, c'est que je ne veux pas être influencé, parce que c'est humain. Tu regardes ce que fait un concurrent, tu vas dire : « Ah oui, c'est cool, c'est top » et tu vas vouloir faire la même chose. On finit par tous faire la même chose si on se regarde les uns les autres. Une de mes règles, ça a toujours été de ne pas regarder ce que font les autres.

Le problème, c'est qu'aujourd'hui je ne peux pas me connecter à ma chaîne You Tube sans avoir des suggestions. Et les choses qu'on me suggère, toutes les suggestions de You Tube ou d'Instagram, eh bien ce sont des concurrents. Quand je vois ce qu'ils font et ce qu'ils proposent et comment ils nomment leurs communautés par exemple ou l'exemple du podcast de tout à l'heure, je me dis : « Quand même c'est un petit peu exagéré de voir des gens qui copient comme ça ».

Mon égo, comme je te dis, je n'ai pas de problème d'égo, je ne pense pas, mais mon égo, au fond de moi, me dit : « Tu vois Johan, ce n'est pas normal ce qu'ils font, ce n'est pas moral de regarder ce que tu fais et de s'en inspirer et de reprendre ton nom, de reprendre le nom de Français Authentique dans leurs podcasts juste pour avoir des clics et pour que des gens qui cherchent Français Authentique, le vrai, celui qui est là depuis 10 ans, tombent sur lui ». Mon égo, il me pousse à dire : « C'est agaçant, c'est frustrant, ce n'est pas moral ce qu'ils font ».

Alors qu'en fait, si on garde vraiment la raison et si on se focalise sur des choses rationnelles et concrètes, déjà ce qu'il faut se dire, ce que j'essaie de faire, sans tomber dans la naïveté à se dire que les gens sont tous moraux etc. je ne suis pas naïf, je sais que ce n'est pas le cas, mais déjà me dire : « Ne fais pas de supposition, c'est peut-être une coïncidence. Après tout, je n'ai pas inventé le mot authentique, je n'ai pas inventé le mot français, donc je n'ai pas inventé français authentique finalement, même si c'est le nom de la communauté que j'ai créée il y a 10 ans ».

Donc, peut-être que cette personne... peut-être, je ne sais pas, peut-être que cette personne, finalement, elle s'est dit : « Tiens, je vais appeler mon podcast Français Authentique d'elle-même » et que ce n'est finalement qu'une coïncidence ou les autres personnes que je te cite qui copient littéralement le nom de ce qu'on fait, peut-être que c'est une coïncidence, peut-être que ces gens, finalement, ils ont eu la même idée que nous, un peu plus tard mais ils ont le droit d'avoir la même idée que nous.

J'essaie encore une fois, sans naïveté, parce que je sais que sur toutes ces personnes, il y en a forcément certaines qui ont copié, mais la première chose, c'est de me dire : « Ne fais pas de supposition. Peut-être que tu te trompes et peut-être que certains finalement n'ont pas copié. C'est juste une coïncidence ».

Ce que je me dis aussi, et ça c'est beaucoup plus rationnel, je me dis : « De toute façon, tu ne peux pas le changer, impossible à changer. Qu'est-ce que je peux faire ? » Si quelqu'un copie mes contenus dans le sens où il vole mes contenus ou il utilise des choses déposées, même si Français Authentique est une marque déposée, mais s'ils utilisent vraiment des contenus sans en avoir le droit et qu'ils nous volent des contenus, évidemment je peux faire quelque chose et je peux les attaquer. Mais pour le reste, des gens qui copient les idées, ça existe depuis la nuit des temps, donc je ne peux pas le changer.

L'idée, c'est de continuer à améliorer ce qu'on fait plutôt que d'essayer de freiner ceux qui copient, parce que c'est de l'énergie finalement qui est gâchée. Il vaut mieux mettre cette énergie à la disposition des clients et de ceux qui font confiance à Français Authentique.

Troisièmement, j'essaie de voir ça de façon positive. Je me dis : « Attends, si tous ces gens copient ce que tu fais, c'est que finalement ce que fait Français Authentique, ça apporte de la valeur ». Donc, c'est plutôt quelque chose de positif et quelque chose de bon cette fois pour l'égo. Si on en revient à notre égo, on va se dire : « C'est gratifiant d'avoir des gens qui copient ce qu'on fait ». Ça, c'est ce que j'essaie de me dire de façon rationnelle.

Ce qui est vrai et ce qui est rationnel, c'est que ça me pousse aussi à continuer à travailler plus dur encore et à innover encore plus. Je n'ai pas besoin de motivation supplémentaire ou de carburant supplémentaire. J'ai suffisamment de motivation et suffisamment d'envie d'aider l'audience Français Authentique pour ne pas avoir besoin de ça, pour avancer. Mais puisque c'est là, forcément, ça donne encore de l'énergie, du courage, de la motivation supplémentaire.

Et enfin, je me dis que dans le monde dans lequel on vit, il y a de la place pour tout le monde. Tous ceux qui font de la qualité, qu'ils aient eu l'idée eux-mêmes ou qu'ils aient copié, eh bien ils ont de la place. À la fin, c'est l'utilisateur final qui décide et qui choisit.

Et si quelqu'un a copié une de mes idées ou a copié le nom de ma communauté ou le nom de mon podcast et que cette personne finit par avoir plus de succès que Français Authentique, ce sera de ma faute, ce ne sera pas de la faute de la personne qui a copié, parce que quelqu'un aura eu la même idée que moi ou en tout cas aura pris mon idée, mais l'aura mieux développé que moi, aura mieux exécuté que moi. Et s'il exécute mieux que moi, tant pis pour moi. C'était à moi d'exécuter cette idée avec plus de qualité.

Donc, il y a de la place pour tout le monde et je crois vraiment en la justice sur ce point, à savoir, c'est les utilisateurs qui décident et c'est ceux qui apprennent le français qui décident. Si demain, quelqu'un décide de me copier et de faire les choses mieux que je l'ai fait, eh bien ce sera tant pis pour moi et ce sera tant mieux pour les utilisateurs, parce que les utilisateurs comme toi, ils veulent de la valeur, ils veulent progresser, ni plus ni moins.

Parfois, il faut demander à son égo de se taire, puisqu'il peut nous faire finalement perdre de l'énergie et il peut faire en sorte que l'énergie qu'on devrait mettre à contribution de nos projets, de notre communauté soit gâchée dans de la frustration ou dans de la plainte. On se dit : « Non, mais ce n'est pas normal, ce n'est pas moral. Pourquoi c'est comme ça ? » Écoute, c'est comme ça. Ne cherche pas à savoir pourquoi c'est comme ça, ne cherche pas à dire : « Ce n'est pas normal, ça devrait être autrement ». Les règles sont les règles et c'est comme ça. Il y a toujours des gens qui agiront de cette sorte. Il est vraiment inutile d'écouter son égo et d'être frustré pour ça.

Voilà ce que je voulais te dire. Tu vois, il n'y a pas une grande structure dans mon discours d'aujourd'hui, mais l'idée c'était vraiment déjà de t'enseigner quelques mots, quelques concepts et partager avec toi une expérience tout en essayant d'échanger sur le sujet, les opinions. Peut-être que tu ne seras pas d'accord avec moi et c'est OK. Si c'est le cas, dis-le, soit par mail, beaucoup m'écrivent directement, mais le mieux ça reste de communiquer sur les réseaux, donc tu vas sur la page Facebook de Français Authentique par exemple, et dans la description de l'épisode, tu peux me donner ton opinion. J'ai hâte de te lire.

Merci de m'avoir suivi. Je te dis à très bientôt pour du nouveau contenu en français authentique de « Marcher avec Johan ». Salut ! À bientôt !