

## Ne veux pas ce que tu ne veux pas

Salut, chers amis ! Merci de me rejoindre pour ce nouvel épisode de « Marcher avec Johan ». On est ensemble dans la forêt. J'ai l'impression que ça fait bien une quinzaine d'épisodes que les « Marcher avec Johan » sont redevenus des « Marcher avec Johan ». J'avais enregistré quelques épisodes dans ma voiture récemment pour différentes raisons, que je ne t'expliquerai pas aujourd'hui, nous avons d'autres sujets à aborder.

J'étais content de le faire parce que ça me rappelait les débuts de Français Authentique pendant lesquels j'enregistrais tous les épisodes de podcast dans ma voiture, en rentrant du travail, mais je sais que vous préférez que j'enregistre ces épisodes tranquillement en marchant et c'est vrai que c'est beaucoup plus sympa. Donc, merci à ceux qui m'ont écrit. On a eu quelques personnes qui ont écrit en disant : « Johan, c'était quand même mieux quand tu marchais ». Ça fait maintenant un moment que ça dure. Je ne te dis pas qu'il n'y aura pas d'autres épisodes dans la voiture. Ça reviendra peut-être un jour. Mais en tout cas, je préfère également les « Marcher avec Johan » au « Rouler avec Johan ».

On va justement aujourd'hui parler de développement personnel. Je vais te conseiller une chose qui est : « ne veux pas ce que tu ne veux pas ». Waouh ! « Ne veux pas ce que tu ne veux pas ». Ça te semble certainement bizarre, mais tu vas voir que ça a du sens et que c'est très profond, donc j'ai hâte de partager ça avec toi.

Avant ça, je suis très heureux de t'annoncer que tu peux rejoindre la liste d'attente de l'Académie Français Authentique. Les inscriptions ouvrent très bientôt, elles ouvrent le 09. C'est vraiment très bientôt. J'ai vraiment hâte. On a préparé plein de nouvelles choses pour ces nouvelles inscriptions. On améliore l'Académie Français Authentique en continu, on l'améliore tout le temps, toute l'année. Tous les membres actuels pourront en témoigner. On est sans arrêt en train d'ajouter des nouvelles choses, de clarifier les choses, d'apporter des nouvelles fonctionnalités, d'améliorer les fonctionnalités existantes. Je vais régulièrement dans la salle Zoom pour discuter avec les membres, essayer de comprendre comment on peut mieux les aider et on va encore accélérer.

Ça fait plusieurs années que le projet de l'Académie est une priorité, mais là, en 2022, on va encore vraiment accélérer les choses, parce que je sens bien que l'Académie, c'est vraiment devenu le grand endroit dans lequel des membres du monde entier viennent discuter ensemble, discuter avec moi, avec les tuteurs français de l'Académie, avec ma belle-sœur Charlène, avec vraiment beaucoup de personnes. On échange, on grandit ensemble.

Un des objectifs, c'est d'améliorer ton français mais évidemment aussi d'améliorer ta vie, puisque si tu écoutes les « Marcher avec Johan », tu aimes le développement personnel et on parle développement personnel dans l'Académie aussi.

Donc, tu peux aller voir toutes les fonctionnalités de l'Académie dans le premier lien dans la description. Rejoins la liste d'attente, tout simplement, et tu seras informé de l'ouverture des inscriptions, parce qu'au bout de 10 jours, c'est fini et ensuite les inscriptions sont fermées, elles ferment 95% de l'année.

« Ne veux pas ce que tu ne veux pas », qu'est-ce que ça peut bien vouloir dire ? Ça semble logique. Quand on dit : « Ne veux pas ce que tu ne veux pas », c'est logique et évident. Si je ne veux pas quelque chose, OK, je ne la veux pas. Ça paraît logique. Pourtant, tu vas voir que ça renferme une idée vraiment puissante, parce que souvent on pense vouloir quelque chose, on est inspiré par quelque chose, on le veut absolument, on se dit : « Si je pouvais avoir ça, ce serait tellement bien ». Et quand on l'a, on s'aperçoit que finalement on ne le voulait pas. Et non seulement on ne le voulait pas, mais il y a quelque chose de pire, c'est que pour l'obtenir, eh bien ça nous a coûté des choses qu'on voulait vraiment.

Je vais prendre un exemple, mais je te récapitule brièvement le concept. Tu penses vouloir une chose. Tu te dis : « Ça, j'aimerais beaucoup l'avoir, j'aimerais l'avoir à tout prix ». Et tu te bats, tu travailles très dur pour l'avoir. Quand tu l'as, tu t'aperçois qu'en fait ben non, tu ne le voulais pas, que ce n'est pas vraiment ce que tu voulais. Et en parallèle de ça, pour l'obtenir, ça t'a coûté des choses et tu as perdu des choses que tu voulais vraiment.

Je vais te prendre un premier exemple qui est général, mais tu vas voir que... je pense que chaque personne pourra trouver un exemple ou pourra réfléchir sur sa situation personnelle. L'exemple, ce serait quelqu'un qui veut devenir célèbre. Il veut devenir une célébrité du cinéma par exemple. Pour devenir cette célébrité, cette personne va travailler très dur et va sacrifier sa famille et ses amis. Elle sacrifie sa famille, ses amis, pour devenir une célébrité. Elle arrive à un moment à devenir une célébrité, elle devient célèbre, riche, célèbre. Elle est célèbre. On a dit que c'était le cinéma, donc c'est un acteur ou une actrice célèbre.

Arrivée au succès, cette personne s'aperçoit qu'en fait ce n'est pas si bien d'être une célébrité. Elle n'est pas heureuse d'être célèbre. En plus de ça, cette personne regrette d'avoir perdu sa famille et ses amis pour atteindre la célébrité.

Encore une fois, là j'ai pris un exemple un peu extrême même si cet exemple il est présenté par plein de célébrités. Il y a plein de personnes, plein de célébrités, qui expliquent avoir vécu exactement ce que je viens de décrire. Mais on peut prendre des exemples un peu plus courants, des exemples peut-être un peu plus du quotidien.

En ce qui me concerne par exemple, il y a eu des moments pendant lesquels j'étais très inspiré par le fait de devenir conférencier, parce que j'aime enseigner, j'aime parler en public, j'aime partager des idées, convaincre, j'aime tout le process qui est d'apprendre,

d'étudier, de tester des idées, de les appliquer dans la vie quotidienne, d'écrire dans mon journal chaque jour le résultat de ces expériences, un peu comme un scientifique, et ensuite les expliquer au monde ou à un public en tout cas.

Je me voyais très bien devenir conférencier et aller à plein d'endroits faire des conférences devant plein de monde. Je me voyais avoir un grand réseau international avec des gens partout dans le monde, que je pourrais rencontrer, que je pourrais aller voir, avoir plein d'entreprises différentes etc. tu vois, un peu cette grande vision. Pendant longtemps, je me disais : « Tiens, c'est ça, c'est exactement ce que je veux ».

Mais je ne voyais pas un peu les problèmes ou en tout cas ce qui s'accompagne de ça, parce qu'en général, quand tu souhaites quelques choses, tu souhaites un résultat, il y a des conséquences. Et là, en l'occurrence, c'était de beaucoup voyager, de passer beaucoup de temps dans les avions, je déteste ça, de beaucoup attendre dans les aéroports, de passer d'un taxi à l'autre, d'aller dans les hôtels etc. de passer plein de temps loin de ma famille.

Je me suis dit que finalement ce qui me semblait être bien, ce qui est, on appelle ça « le syndrome de l'objet brillant », « the shiny object », comme disent les anglo-saxons. Et ce syndrome de l'objet brillant, il nous paralyse, il nous attire un peu comme les sirènes dans l'odyssée, les sirènes qui appellent les marins et les marins suivent les sirènes sans regarder et vont s'échouer finalement. C'est un peu pareil avec l'objet brillant. C'est qu'on voit le résultat et on veut une chose que finalement au fond de nous on ne veut pas.

C'est exactement ce que j'ai compris avec le fait de donner des conférences à l'international etc. C'est que ce n'est pas ce que je veux. C'est que mon égo, peut-être, ou il y a une partie de moi qui le veut ou qui le voulait, je pense qu'il y a une partie d'égo là-dedans. Même si on n'ose pas se l'avouer à nous-mêmes, il y a certainement une partie d'égo qui nous dit : « Hé ! En fait, tu aimerais toutes ces choses ». Mais finalement ce n'est pas ce que je veux.

Ce que je veux, c'est être libre. Ce que je veux, c'est être tranquille. Ce que je veux, c'est avoir une vie simple avec ma famille, faire plein de choses avec elle. Une vie simple ne veut pas dire une vie sans aucune activité, rester chez soi à ne rien faire. Une vie simple, c'est pour moi, faire des choses quand je veux les faire, avec les gens que j'ai envie d'avoir à mes côtés, et de pouvoir le faire sans avoir de contraintes, il faut que ce soit simple pour moi. Donc, ce n'est finalement pas compliqué, mais c'est très facile de perdre ça de vue.

Et si j'avais poursuivi à vouloir ce que je ne voulais pas, parce que c'était ça mon problème, je voulais ce qu'au fond de moi je ne voulais pas, eh bien je serais certainement allé droit dans le mur, puisque j'aurais travaillé dur pour atteindre un résultat, être conférencier international, pour finalement m'apercevoir que ce n'est pas vraiment ce que je voulais, parce que je n'ai pas envie de passer mon temps dans les avions, de passer mon

temps en voyage, de passer mon temps dans les hôtels, comme je disais, seul, j'aurais certainement perdu le lien privilégié que j'ai avec ma famille, alors je ne les aurais pas perdus complètement, mais je n'aurais pas les mêmes liens que j'ai avec eux aujourd'hui, tout ça pour atteindre un truc que je ne voulais pas.

Et évidemment, tout ça c'est dynamique, c'est-à-dire que ce que je te raconte aujourd'hui ne sera peut-être pas vrai dans 10 ans. Peut-être que dans 10 ans, quand mes enfants seront un peu plus grands ou dans 15 ans, je te dirais : « Ben si, maintenant, je veux faire ça, je veux passer mon temps à voyager dans les hôtels pour donner des conférences », mais en tout cas ce n'est pas la vie que je veux avoir maintenant.

Là, je t'ai donné mon exemple personnel, mais c'est juste pour essayer de t'inspirer et te pousser à réfléchir pour toi. Il y a tout un tas d'outils que tu peux utiliser pour déterminer ça, pour faire en sorte de ne pas vouloir ce que tu ne veux pas.

Le premier, c'est tout simplement d'utiliser un journal. Tu utilises un journal dans lequel tu écris. L'idée, c'est de le faire un peu tous les jours. Ça c'est top, parce que tu peux écrire sur ce qui t'inspire à un moment donné, sur ce que tu aimerais avoir, sur ce que tu n'aimes pas. Ça va t'aider à avoir une sorte de diagnostic de ce que tu veux.

Ce que je t'invite à faire aussi, c'est de faire une petite revue hebdomadaire, c'est-à-dire tu regardes chaque fin de semaine, moi je le fais le vendredi, d'autres le font à d'autres moments, peu importe, de regarder ce qui t'a plu la semaine, ce qui a marché, ce qui n'a pas marché. Donc, ça te permet de réfléchir sur ta semaine.

À la fin du mois, fais une petite revue mensuelle. Ce n'est pas obligé de faire ces exercices pendant des heures. Tu peux prendre juste un quart d'heure à la fin du mois et regarder : « OK, voilà ce qui m'a plu, ce qui ne m'a pas plu » et de prendre du temps aussi à la fin de l'année. L'idée, c'est de réfléchir et de réfléchir sur papier, dans un journal.

Tout ça, ces exercices, ça va te permettre de bâtir une mission, une vision. Tu auras des objectifs, tu auras ta vision et tu arriveras tout simplement à savoir où tu vas. Tu auras une sorte de boussole, une sorte d'étoile polaire. On en a parlé dans un podcast de Français Authentique. Tu sauras quelle est la direction de ta vie et tu sauras ce que tu veux. Et quand on sait ce qu'on veut, on sait aussi ce qu'on ne veut pas. Tous ces exercices t'aideront à faire ça.

Dans l'Académie, on a plusieurs modules qui te permettent de travailler là-dessus. On a le module 25 dans lequel je t'aide à bâtir tes objectifs annuels. Dans le module 40, je te parle de ma vision de l'entrepreneuriat, mais c'est très large comme sujet, et ça te montre comment bâtir ta vision personnelle à toi. Dans le module 60, j'explique comment simplifier sa vie. Encore une fois, il y a des grandes lignes qui t'aide à tout simplement définir ta vision et définir ou en tout cas comprendre ce que tu veux dans ta vie.

Tous ces modules sont accessibles aux membres de l'Académie et directement. On a 75 modules actuellement. Quand tu arrives, tu accèdes à tous les modules directement, tu choisis d'écouter ceux qui te plaisent. C'est comme une bibliothèque, c'est comme Netflix. Tu écoutes et tu regardes tout ce que tu veux. Ce sont des modules vidéo avec des fichiers PDF, MP3, il y a du vocabulaire, de la prononciation, il y a des quiz, il y a tout ce qu'il faut pour apprendre et te développer. Si tu suis le premier lien en bas, tu pourras découvrir tout ça et rejoindre la liste d'attente pour ne pas manquer les prochaines inscriptions.

Avant de nous quitter, je voudrais quand même rendre à César ce qui appartient à César. Cette citation, « ne veux pas ce que tu ne veux pas », je l'ai entendu dans un livre. Ce livre a été écrit par Darren Hardy. C'est un entrepreneur-conférencier américain qui est très inspirant. Il a écrit entre autres *L'effet cumulé*, *The Compound Effect*, et le livre dans lequel j'ai entendu cette citation, qui vient de lui, je pense, « ne veut pas ce que tu ne veux pas », c'est dans, en gros, *Le grand huit de l'entrepreneur*, *The Entrepreneur Roller Coaster*. Donc, merci Darren Hardy pour cette sagesse, parce que c'est vraiment quelque chose de très inspirant. Même si ça semble cliché, c'est, à mon avis, le seul moyen d'être vraiment heureux.

Merci de m'avoir écouté. N'oublie pas d'aller regarder les liens, d'aller jeter un œil à chaque lien dans la description et de t'inscrire à la liste d'attente de l'Académie.

Merci de m'avoir suivi. Salut !