

Nous avons de la chance de vivre à cette époque

Salut, cher ami ! Merci de me rejoindre pour ce nouvel épisode de *Marchez avec Johan*. Tu connais le principe. Ça fait maintenant plusieurs années que ce type d'épisode existe. Tu es avec moi ou c'est comme si tu étais avec moi pendant une de mes marches. Donc, tu m'accompagnes virtuellement dans une de mes balades et on parle de différents sujets. J'aime parler de développement personnel dans ces épisodes et ce sera le cas aujourd'hui.

Aujourd'hui, j'ai envie d'être positif. J'ai envie d'être positif et je vais dans un instant argumenter et te dire pourquoi il est bien d'être positif.

Avant ça, je te rappelle que j'ai écrit un livre qui s'intitule "*4 pilules pour une vie riche et sans stress*" et tu peux aller jeter un œil sur www.francaisauthentique.com/4p, (comme 4 pilules) pour découvrir ce bouquin, ce livre au format PDF, MP3 ou encore papier.

Alors pourquoi, pourquoi je te recommande d'être optimiste ? Pourquoi je te recommande d'être positif ?

On vit malheureusement dans un monde négatif. Les gens, beaucoup, je n'aime pas généraliser mais beaucoup, beaucoup de personnes se concentrent sur ce qui ne va pas, se concentrent sur ce qui est négatif. On va voir après pourquoi ce phénomène existe parce qu'il a une explication, mais c'est une chose qu'on rencontre tout le temps. On la rencontre dans les discussions qu'on peut avoir avec des voisins, avec des personnes de notre entourage et on peut aussi s'en apercevoir en lisant le journal ou en suivant la presse. En suivant la presse, qu'est-ce que tu vois quand tu regardes le journal de 20 heures ? Eh bien, on te parle des virus ou du virus, du fameux coronavirus. On va t'en parler tous les jours. C'est normal, c'est l'actualité, mais en tout cas c'est négatif et on en parle beaucoup.

On va parler de la dette des pays. On va dire : « Ouah ! Les pays sont trop endettés. Ça va mal se terminer, tout ça. On ne peut pas continuer avec des États qui ont des dettes si énormes. Ce n'est pas possible. » On va te parler d'attentats, de violences, de crimes, de vols. C'est toutes les choses dont on parle dans la presse. On va parler du réchauffement climatique, qui est un vrai problème, un vrai enjeu, un vrai risque pour la survie de l'humanité. Toujours est-il qu'on se focalise toujours là-dessus. Évidemment, et je ne suis pas là pour t'encourager à fermer les yeux, je ne suis pas là pour t'encourager à penser que tout est parfait ou à dire que tout est parfait, mais si on relativisait un petit peu, si on essayait d'être positif et si on cherchait un peu les choses qui vont bien dans nos sociétés, est-ce qu'on ne se sentirait pas un tout petit peu mieux ? Est-ce qu'on ne serait pas un peu plus heureux si on n'était pas sans cesse en train de seulement se focaliser sur le négatif ?

Et moi, je pense vraiment qu'il y a un certain nombre de raisons de se réjouir, de se réjouir de vivre à notre époque. C'est le titre de ce podcast. Je le revendique et j'ai souvent envie de le crier au visage de ceux qui se plaignent en permanence. On a vraiment de la chance de vivre à l'époque dans laquelle on vit. Juste quelques petits exemples.

Il y a peu de guerres. Je n'ai pas dit qu'il n'y avait plus de guerre. Encore une fois, il faut rester raisonnable et relativiser. Il y a peu de guerres mondiales. Enfin, il y a peu de guerres mortelles pour la majorité de la population, actuellement. Bien sûr, tout peut changer, tout peut arriver, mais au moment pendant lequel j'enregistre cet épisode, on est au mois d'octobre 2020, il y a peu de guerres et il y a longtemps qu'on n'en a pas eu, ou il y a un petit moment qu'on n'a pas eu vraiment de guerres mortelles.

La famine, elle existe toujours la faim dans le monde, mais elle a quasiment disparu. Elle a presque disparu. Il y a de moins en moins de personnes qui meurent de faim. Bien sûr qu'on devrait en faire plus, bien sûr qu'il faut continuer à se battre pour que ce problème soit 100 % résolu. Bien sûr qu'un enfant qui meurt de faim, c'est insoutenable et c'est un enfant de trop, mais comparé à l'histoire de l'humanité, on est dans une situation dans laquelle la famine a presque disparu.

L'éducation se répand dans le monde entier. L'accès aux soins médicaux est « de plus en plus facile », ou en tout cas, il y a de plus en plus de gens qui ont accès aux soins médicaux, qui ont accès aux soins d'hygiène. Il y a un bouquin que je te recommande si tu t'intéresses un peu à ce sujet et si tu as envie de suivre les vrais chiffres et pas seulement des rumeurs. Je ne sais pas si tu entends, il y a un avion militaire qui n'arrête pas de tourner depuis là depuis tout à l'heure. Je ne sais pas si tu l'entends dans le micro, mais il y a un gros résonnement dans le ciel... J'espère que ce n'est pas le début d'une guerre justement, qui viendrait me faire mentir au niveau de cet épisode. Le bouquin dont je voulais te parler, c'est un bouquin, un livre qui s'appelle "Factfulness" de Hans Rosling. Alors il me semble qu'il est, je pense qu'il est Norvégien, enfin qu'il était Norvégien parce qu'il est décédé. Il me semble. A vérifier. En tout cas, le bouquin s'appelle "Factfulness". En gros, il te recommande de te baser sur des faits et pas sur des pensées, des approximations, des choses que tout le monde dit, mais que personne n'a vérifiées : "Factfulness".

Et ce qu'il montrait dans ce bouquin qui est vraiment très intéressant, en fait, ce qu'il faisait lui, de préférence, c'est qu'il rassemblait des données, des données sur tout, sur la démographie, sur le niveau de vie des gens, sur leur accès aux soins, vraiment sur des problèmes ou sur des éléments majeurs. Il rassemblait tout ça et les étudiait, au cours du temps bien sûr. Quel était le niveau de revenu moyen il y a 50 ans, il y a 10 ans etc. ? Et donc, il avait énormément de faits. Donc, là on n'est pas dans des interprétations politiques, on est dans des faits. Et dans son livre, ce qu'il explique, c'est que très souvent, quand il présentait des questions à des gens puissants, des hommes politiques mondiaux, des hommes qui dirigent ou des femmes qui dirigent des grandes organisations, des personnes

qui prennent les décisions pour faire fonctionner le monde, eh bien ils ne sont pas au courant des faits en fait, ils se trompent. Plus d'une fois sur deux, les gens se trompent. Ça veut dire qu'on est, pour utiliser un terme français que tu connais peut-être, on est biaisé. Ça veut dire, quand on interprète quelque chose, quand on essaie d'avoir un avis, eh bien on a cet avis en fonction de nos croyances profondes. Et il montrait que pour la majorité des grandes questions, je vais te donner un exemple juste après, c'est édifiant, pour la majorité des grandes questions, un singe était plus efficace qu'un homme parce que l'homme est biaisé et l'homme pense savoir alors qu'il ne sait pas et le singe, lui, il fait juste... quand on lui propose des choix, il choisit au hasard et donc il a une probabilité de 50 %. L'homme, lui, a une probabilité inférieure à 50 % parce qu'il est biaisé et il pense savoir.

Et il y a une des questions, il y a plein de questions dans le livre, mais une question qu'il a posée qui était : dans les 20 dernières années, est-ce que selon vous, la proportion de la population mondiale qui vit dans la pauvreté extrême a doublé, est restée la même ou a été divisée par deux ? Voilà. Ca c'est une question que Hans Rosling posait beaucoup au début de ces conférences notamment, ou sur son site web et ensuite, il analysait les données. Et la majorité des gens se trompaient, pourtant c'est une question qui est basique et qui est importante. Chaque personne qui prend des décisions politiques devrait savoir ou devrait connaître la réponse à cette question, on est bien d'accord, puisque la politique qui doit être menée doit être influencée par ce type d'éléments. Donc, est-ce que dans les 20 dernières années, la proportion de la population mondiale qui vit dans une pauvreté extrême, donc la proportion de gens très, très pauvres, est-ce qu'elle a doublé, est-ce qu'elle a été multipliée par deux en 20 ans, est-ce qu'elle est restée stable, ou est-ce qu'elle a été divisée par deux ?

La majorité des gens se trompent et la bonne réponse, c'est qu'elle a été divisée par deux. Je ne sais plus en quelle année a été écrit le bouquin. Ce n'est clairement pas 2020, mais, donc c'était dans les 20 années qui précèdent la sortie du livre. Et tu vois vraiment que le commun des mortels, comme on dit, la majorité des gens, va penser que soit c'est resté stable, soit ça s'est empiré puisqu'on dit qu'on vit une époque qui n'est pas bonne, il y a plein de problèmes. Et pourtant, même si tout n'est pas parfait, en 20 ans, la proportion ou la quantité de la population mondiale qui vit dans la pauvreté extrême a été divisée par deux. Donc, moi je pense que ce serait plutôt intéressant de s'en réjouir. Ce serait vraiment intéressant d'être heureux de ça, de se réjouir de ça plutôt que d'être sans arrêt en train de chercher ce qui ne va pas.

On est conçu pour ça, donc on n'a pas à avoir mauvaise conscience. Notre cerveau est fait comme ça, notre cerveau n'est pas fait pour nous rendre heureux ou pour être précis dans nos analyses. Notre cerveau, il est là pour qu'on survive et pour survivre, le cerveau est sans arrêt en train de chercher ce qui ne va pas ou ce qui pourrait mal aller, donc d'anticiper

le négatif. Et c'est pour ça qu'on est négatif, de nature. On est sous forme de radar, on cherche le négatif et on le trouve puisque la presse nous le donne en permanence.

Ce que je sais personnellement, c'est que je préfère largement être né en 1982, je suis né en 1982. Je préfère être né cette année-là qu'en 1682, ou 1782, ou 1882 même. En 1682, j'aurais peut-être participé à une des guerres de Louis XIV. Si j'avais été né en 1782, c'était sous la monarchie de Louis XVI avant la Révolution Française, eh bien, soit je serais né dans une famille riche et ça aurait été génial, soit je serais né dans une famille pauvre et je n'aurais eu aucune façon d'avoir une belle vie. J'aurais été dans une situation misérable.

En 1882, si j'étais né en 1882, j'aurais eu 32 ans en 1914, lorsque la guerre a éclaté. Donc, j'avais de grandes chances de participer à cette guerre et de mourir dans des conditions atroces. Et si j'avais eu la chance de survivre à cette guerre, eh bien j'aurais eu 58 ans en 1940, donc, soit j'aurais été mort à la guerre, soit j'aurais peut-être été tué comme civil, ou en tout cas je n'aurais pas vécu une très, très belle époque.

Donc on vit une époque qui est certes imparfaite, mais qui est heureuse. Ça ne sert à rien d'être dans la négativité permanente. Ça ne sert évidemment à rien non plus de tout idéaliser, mais je voulais apporter un brin d'optimisme.

Une chose m'a un peu choqué dans un des discours du président Macron dans lequel il annonçait le confinement. Il expliquait : « Nous sommes en guerre contre le virus ». Et ça m'a choqué parce que je me suis dit : « Waouh ! On en est là maintenant ! ». On se plaint d'être en guerre. Il disait nous imposer des sacrifices énormes alors que, qu'est-ce qui s'est passé clairement, même si la situation sanitaire était terrible et que des gens en sont morts ? Et ça, c'est très triste. Ce qu'on nous a demandé à nous, le reste de la population, c'est de rester chez nous et ça, rester chez nous, c'est décrit comme une guerre ou comme un gros sacrifice. Un gros sacrifice, ça aurait été d'être sur un vrai champ de bataille avec son ami à côté de nous, en train de mourir, comme ça a été le cas il y a 70 ans. Non ! Aujourd'hui, on en vient à décrire des choses comme étant effroyables, comme étant des sacrifices énormes et comme étant une guerre, alors qu'on nous demande de rester chez nous.

Ça me montre encore une fois qu'on ne sait pas relativiser, c'est bien, on est habitué au luxe, mais il faudrait être conscient du fait que ça n'a pas toujours été le cas et que ça peut aussi évoluer dans l'autre sens.

Voilà pour ce long épisode. On est presque à 15 minutes, mais j'espère avoir partagé des choses qui t'aideront peut-être à être un peu plus optimiste, si en ce moment tu traverses une période difficile. Rien n'est parfait, mais on vit une belle époque. Et si tu es dans une mauvaise période, une mauvaise phase parce que ça existe, dans toutes les périodes historiques il y a eu des bons moments et des mauvais moments, si tu es dans un

mauvais moment, dis-toi que ça finira par passer et qu'on a la chance de vivre une belle époque. Merci d'avoir suivi cet épisode.

Si tu veux développer ton état d'esprit et tous les aspects liés à ton développement personnel, n'oublie pas d'aller regarder à www.francaisauthentique.com/4p pour découvrir mon livre de développement personnel.

Merci de suivre Français Authentique. A très bientôt. Salut !