

GÉRALD VIGNAUD

# L'ÉCOLE C'EST IMPORTANT MAIS L'ÉDUCATION C'EST PRIMORDIAL !

—

Les 15 choses essentielles à la réussite que  
tu n'apprendras pourtant jamais à l'école

**Chapitres 1 & 2**

Réfléchis par toi-même  
Assume et développe  
ta différence

**Petit manuel pour autodidacte**



GÉRALD VIGNAUD

# L'ÉCOLE C'EST IMPORTANT MAIS L'ÉDUCATION C'EST PRIMORDIAL !

—

## Les 15 choses essentielles à la réussite que tu n'apprendras pourtant jamais à l'école

Ce livre part d'un constat : ceux qui réussissent le plus à l'école ne sont paradoxalement pas ceux qui réussissent le mieux dans la vie. Et si, pour réussir, il y avait des choses indispensables à savoir et qui ne sont pas enseignées à l'école ?

Réfléchir par soi-même, apprendre à bien se connaître, développer sa différence, communiquer efficacement, maximiser ses relations avec les autres, avoir une nutrition optimale, être en excellente santé, vivre ses passions, trouver un sens à sa vie, gérer efficacement son temps, utiliser les meilleures stratégies, rester intègre, résoudre ses problèmes, gagner et gérer de l'argent, développer une vision à long terme, réaliser ses objectifs, comprendre le monde et son évolution, prendre conscience des grands défis écologiques du 21ème siècle, s'engager, construire le futur... Cet ouvrage est bien plus qu'un simple livre de développement personnel, c'est un véritable manuel pour autodidacte. Il te donnera les clefs essentielles pour non seulement réussir dans la vie, mais aussi -et surtout- réussir ta vie. Car au final, le succès sans l'épanouissement personnel n'est-il pas l'échec ultime ?

À mi-chemin entre la boîte à outils et le journal intime, "L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !" est un guide intemporel et unique au monde. Il te partagera les clefs et les ressources qui te permettront de reprendre le contrôle de ta vie pour lui offrir le niveau de réussite et d'épanouissement qu'elle mérite.

Gérald Vignaud est auteur, conférencier et coach en développement personnel. Entrepreneur iconoclaste, il est le fondateur du site [different.land](https://different.land), une plateforme de développement personnel transdisciplinaire unique au monde. Elle est axée sur l'idée que les trois clefs majeures pour créer un meilleur futur sont l'éducation, l'écologie et une technologie saine, et qu'elles sont toutes les trois interconnectées entre elles. Authentique amoureux de la nature, Gérald a co-fondé l'association "Soupe de plastique" qui milite notamment pour une taxation massive du plastique et à laquelle il reverse l'intégralité de ses droits d'auteur. En achetant ce livre, tu contribues ainsi à la protection de nos écosystèmes.



24,95 euros  
Prix TTC  
France

Ceci est un extrait du livre : « L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial ! ». Il s'agit des chapitres 1 et 2 intitulés : "Réfléchis par toi-même" et « Assume et développe ta différence ». Il est précédé de la table des matières ainsi que de l'introduction du livre. La conclusion du livre a été laissée. Toute vente de ce document est formellement interdite.

L'auteur autorise le détenteur de cet e-book à le partager à titre gratuit à la condition impérative de n'apporter aucune modification à la version originale. L'impression de ce document est elle aussi autorisée par l'auteur.

Pour plus d'informations sur cet ouvrage et/ou pour en commander la version papier : [geraldvignaud.com](http://geraldvignaud.com).

À ce propos, l'auteur reverse tous ses droits d'auteur à l'ONG "Soupe de plastique". En achetant ce livre, tu contribues ainsi à la préservation de nos écosystèmes, n'hésites donc pas.

## Remerciements

Écrire un livre est une tâche complexe qui nécessite beaucoup d'inspiration, énormément de travail et de nombreuses compétences. Une entreprise que je n'aurais jamais pu développer et faire aboutir tout seul.

Je voudrais remercier toutes ces personnes brillantes -célèbres ou inconnues- que j'ai eu le privilège de rencontrer, d'écouter et/ou de lire au cours de ma vie. Elles m'ont permis de faire évoluer un peu plus mon niveau de conscience et d'affiner mon analyse des choses au fur et à mesure que les années passaient. Pour certaines d'entre-elles, je me suis permis d'insérer ici ou là dans ce livre une de leurs citations voire même, parfois, de conseiller l'un de leurs ouvrages. Si tu ne les connais pas déjà, n'hésite pas à aller regarder sur le net qui sont ces personnes car elles méritent réellement le détour.

En plus de cette multitude de gens dont l'inspiration m'a été indispensable, je voudrais offrir un remerciement tout particulier à Catherine Roulinat, Charlotte Méquignon, Chloé Pommier, Dodie, Florence Guerry Mallet, Isabelle Maté, Jessica Erill, Lucie Segoloni, Myriam Hoeffler, Al Gore, Anthony Nevo, Cédric Mesplède, Charles-Édouard Oksenhendler, Cyril Ferret, Dominique Sentucq, Emmanuel Rioland, François Gal, François Maté, Greg Provenzano, Laurent Rebière, Nick Vujicic, Paul Watson, Sébastien Perchet, Tony Robbins ainsi qu'à mes deux extraordinaires Parents. Toutes ces personnes, en plus d'avoir pour point commun d'être saines et remarquables, m'ont apporté une influence et/ou une aide qui m'a été essentielle pour commencer, nourrir et/ou aller au bout de ce projet.

Merci ♥

Gérald Vignaud

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

—

Les 15 choses essentielles à la réussite  
que tu n'apprendras pourtant jamais à l'école

« Il ne suffit pas d'apprendre à l'homme une spécialité car il devient ainsi une machine utilisable, mais non une personnalité. Il importe qu'il acquière un sentiment, un sens pratique de ce qui vaut la peine d'être entrepris, de ce qui est beau, de ce qui est moralement droit. Sinon, il ressemble davantage avec ses connaissances professionnelles à un chien savant qu'à une créature harmonieusement développée. Il doit apprendre à comprendre les motivations des hommes, leurs chimères et leurs angoisses pour déterminer son rôle exact vis-à-vis des proches et de la communauté. »

*Albert Einstein*

“Comment je vois le monde” (1949)

## Avant-propos

J'ai écrit ce livre dans la continuité de mes activités, que ce soit mes formations en ligne, mes conférences, mes coachings privés, mes activités de consultant en entreprise, mes interviews, ma participation à l'ONG [Soupe de plastique](#) ou encore ou encore [different.land](#), le média alternatif que j'ai conceptualisée.

Ton feedback et tes idées sont pour moi essentiels. Ils m'aident à me remettre sans cesse en question et à m'améliorer en permanence dans ce que je fais depuis 20 ans. À l'heure de l'Internet et de la communication horizontale, lire un livre sans pouvoir communiquer avec son auteur me semble être, de mon point de vue, une incohérence. Brisons donc ensemble ce schéma traditionnel et donnons-nous la possibilité de se contacter si nécessaire (et vu que l'on va faire un bout de chemin ensemble avec ce livre, je te propose d'ailleurs que l'on se tutoie).

J'ai le désir de rencontrer virtuellement chaque lecteur de mon livre qui le souhaite. Pour cela, j'ai mis en place un formulaire de contact gratuit et privé sur mon site à l'adresse suivante :

[geraldvignaud.com/livre-contact](https://geraldvignaud.com/livre-contact)

N'hésite pas à t'y rendre pour me partager tes remarques et impressions ou me poser tes éventuelles questions sur le contenu de ce livre. Je lis personnellement tous les messages et j'essaie d'y répondre le plus souvent possible.

Nous pouvons aussi nous connecter ensemble grâce aux réseaux sociaux :



En espérant que ce livre t'apporte des clefs et des outils utiles à ta vie, je te souhaite une très bonne lecture.

Amicalement,

Gérald Vignaud

## Table des matières

<b>Avant-propos .....</b>	<b>5</b>
<b>Tu seras un homme, mon fils.....</b>	<b>12</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>13</b>
<b>Chapitre 1<sup>er</sup> - Réfléchis par toi-même .....</b>	<b>19</b>
Que signifie “réfléchir par soi-même” ? .....	20
Comprendre le fonctionnement du monde .....	30
Parfois, il peut être bien de vouloir remettre en question les normes établies. ....	31
Comment faire pour apprendre à penser par soi-même ? .....	34
Quelques mots pour conclure ce chapitre .....	43
<b>Chapitre 2 - Assume et développe ta différence .....</b>	<b>46</b>
Ta différence est ta force.....	50
Libère-toi de la peur du regard des autres .....	52
Connais-toi toi-même et focalise sur tes forces .....	56
Les intelligences multiples.....	71
Surdoués <i>versus</i> Normo-pensants.....	76
Comprendre, assumer et transformer sa surdouance en force .....	80
Maximise ton potentiel.....	83
Arrête de te lamenter, assume tes actes et prends la responsabilité de ta vie.. ....	88
Comprends que tu es unique au monde et vis comme tel ! .....	90
<b>Chapitre 3 - Vis tes passions et accomplis ta mission de vie .....</b>	<b>93</b>
La passion est l'élément essentiel qui te donnera l'avantage.....	94
Combien de personnes vivent-elles aujourd'hui la vie dont elles rêvent ?.....	96
Identifie ton “Pourquoi” ! .....	99



Quand on est passionné, on place son “Pourquoi” avant son “Comment” ! .	100
Dans ta vie aujourd’hui, est-ce que tu as un travail, une carrière ou une mission ?.....	101
Comment faire pour trouver ses vraies passions et sa mission de vie ? .....	103

**Chapitre 4 - Protège ta santé et maximise ton énergie ..... 114**

Quelles sont tes habitudes (notamment) alimentaires ? Que t’apportent-elles ? .....	115
Mes 13 principes généraux pour maximiser ma santé et mon énergie .....	120
Mes 13 principes spécifiquement liés à l’alimentation.....	149
Et maintenant, quelles décisions vas-tu prendre ?.....	177
Crée-toi des routines .....	185
Le challenge des 30 jours .....	189
En conclusion.....	199

**Chapitre 5 - Attitude et Communication sont les deux piliers principaux des relations humaines ..... 201**

La loi des trois premières minutes.....	202
Et si tu prenais la décision de travailler sur ton attitude ?.....	204
Prends le contrôle de ta communication et optimise tes relations humaines	206
Arrête d’avoir des besoins et commence à développer du leadership .....	219
Construis-toi un très grand réseau .....	220

**Chapitre 6 - L’importance de la vision ..... 224**

La vision, c’est voir ce qui n’existe pas encore .....	226
Commence par le “Pourquoi” .....	231
Ne regarde pas où tu es, regarde où tu veux aller !.....	233
Transmettre sa vision : le meilleur outil de management .....	234
Notre monde a désespérément besoin d’une nouvelle vision pour son futur	235

<b>Chapitre 7 - Mets tes objectifs par écrit .....</b>	<b>241</b>
Pourquoi est-ce important d'écrire tes objectifs ?.....	242
Comment se créer un futur enthousiasmant ?.....	243
Conceptualise ton cadre de vision.....	261
Quel est ton projet à 300 ans ? .....	262
Passe à l'action. Maintenant ! .....	267
<b>Chapitre 8 - Sois déterminé. Réellement déterminé ! .....</b>	<b>280</b>
Vraie détermination <i>versus</i> Fausse détermination .....	282
Le pouvoir de la décision.....	283
La puissance du focus .....	289
Passe à l'action de manière massive .....	292
La formule ultime du succès .....	294
Mais parfois, il faut aussi savoir lâcher prise .....	296
<b>Chapitre 9 - Développe chaque jour un peu plus ton potentiel.....</b>	<b>298</b>
Un monde qui change .....	300
Les cinq piliers de l'apprentissage de demain .....	301
Crée-toi l'environnement adéquat à ton succès.....	306
Self éduque-toi et réinvente-toi en permanence.....	317
Mets toutes tes idées et pensées par écrit.....	319
Remplace ton (supposé) manque de talent par une abondance de compétences !.....	320
Intègre en toi le concept de l'amélioration constante et perpétuelle .....	321
Sors de ta zone de confort.....	322
Sois optimiste .....	323
Pour exceller, utilise les meilleures stratégies .....	324
Utilise la puissance du "modeling" .....	325

Ne confonds pas activité et productivité.....	327
Utilise tes émotions comme un levier pour démultiplier ton pouvoir .....	327
Pose-toi des questions de qualité.....	329
Focalise sur le processus, pas sur les résultats .....	331
Pardonne à ceux qui t’ont fait du mal .....	332
Développe un sentiment de gratitude.....	333
Mets la barre toujours plus haut ! .....	335
<b>Chapitre 10 - Prends le contrôle de ta montre ! .....</b>	<b>337</b>
Les huit lois de la gestion du temps.....	340
Découvre “la Zone” et son pouvoir de destructeur de stress .....	348
Les quatre dimensions du temps.....	349
Et maintenant, jetons un coup d’œil sur ta vie .....	352
Apprends à dire Non .....	355
Déléguer, le plus puissant des leviers.....	357
Utilise ton temps masqué pour augmenter ta valeur et ton potentiel .....	359
<b>Chapitre 11 - La maîtrise de l’argent .....</b>	<b>362</b>
Une maîtrise de l’argent qui amène la liberté.....	365
Pourquoi est-ce si important d’avoir suffisamment d’argent ?.....	366
Comment attirer l’argent ?.....	368
Construire ton indépendance financière. On commence maintenant ?.....	376
Décide d’aller conquérir ta liberté financière et passe à l’action dès aujourd’hui !.....	384
<b>Chapitre 12 - La science du succès, l’art de l’accomplissement personnel et la philosophie du bonheur .....</b>	<b>385</b>
“Avoir > Faire > Être” versus “Être > Faire > Avoir > Contribuer” .....	387

La science du succès.....	389
L'art de l'accomplissement personnel .....	392
La philosophie du Bonheur .....	394
Pars à la conquête de ton ikigai ! .....	400
Un petit mot pour conclure.....	408

**Chapitre 13 - L'intégrité, la clef ultime qui te fera réellement sortir du lot !**  
 ..... **409**

Qu'est-ce que l'intégrité ? .....	412
L'intégrité te fera incontestablement sortir du lot .....	415
Refuse la corruption .....	418
Et que se passe-t-il si tu n'es pas à 100% parfait ? .....	420
La loi du Karma .....	421
Quelques mots en conclusion de ce chapitre. ....	421

**Chapitre 14 - Aimer, Grandir et Donner, les trois buts ultimes de toute vie !**  
 ..... **423**

Aimer .....	425
Grandir .....	426
Donner.....	428
Redéfinir la réussite.....	430
Un moment très particulier de l'histoire de l'humanité .....	433
Voir sa vie comme quelque chose de bien plus grand que soi ! .....	455

**Chapitre 15 - Nous avons tous la responsabilité morale de protéger et de préserver notre planète .....**  
 ..... **458**

Le 21 <sup>ème</sup> siècle, un moment très spécial de notre histoire .....	461
Les grands défis écologiques du 21 <sup>ème</sup> siècle.....	463
Agir, individuellement et collectivement .....	482

Plus qu'une révolution écologique, une révolution spirituelle .....	487
Quel monde voulons-nous laisser à nos enfants ? .....	499
<b>Chapitre Bonus - Le processus de résolution de problème .....</b>	<b>500</b>
1 <sup>ère</sup> étape : Comprends que ton problème est un cadeau .....	506
2 <sup>ème</sup> étape : Adopte la physionomie et l'état d'esprit adéquats pour sa résolution .....	511
3 <sup>ème</sup> étape : Analyse la situation d'un point de vue extérieur, positif, émotionnellement détaché et global .....	515
4 <sup>ème</sup> étape : Commence la conceptualisation de ton processus de résolution de problème .....	518
5 <sup>ème</sup> étape : Passe à l'action de manière massive ! .....	529
6 <sup>ème</sup> étape : Identifie les résultats obtenus et ajuste en permanence ton approche jusqu'à obtenir les résultats recherchés .....	533
7 <sup>ème</sup> étape : Accueille avec bonheur tes succès mais accepte aussi ce qui ne peut pas être changé en utilisant l'émotion engendrée comme un levier pour ta vie .....	537
<b>Conclusion .....</b>	<b>94</b>
La vie est un cadeau ! .....	96
Changer le monde ? .....	97
Le secret de la vie, c'est de donner .....	98
<b>Sources et informations complémentaires .....</b>	<b>102</b>
<b>Processus d'amélioration constante et perpétuelle .....</b>	<b>105</b>
<b>Notes et réflexions personnelles .....</b>	<b>106</b>
<b>À propos de l'auteur .....</b>	<b>109</b>
<b>Quelques mots à propos de <i>Soupe de plastique</i> .....</b>	<b>118</b>

Il était tout simplement inconcevable pour moi d'écrire un livre de développement personnel axé sur l'éducation sans évoquer ce magnifique poème de Rudyard Kipling. Il l'écrivit en 1910, pour son fils alors âgé de 13 ans.

Publié sous le titre anglais « If », ce texte est, à mes yeux, l'un des plus beaux et des plus puissants poèmes qui n'ait jamais été écrit. Et puisqu'il est maintenant tombé dans le domaine public, c'est donc avec un immense plaisir que je le partage ici, en préambule de cet ouvrage, pour t'inviter à le (re)découvrir. ☺

---

## Tu seras un homme, mon fils

Si tu peux voir détruit l'ouvrage de ta vie  
Et sans dire un seul mot te mettre à rebâtir,  
Ou, perdre d'un seul coup le gain de cent parties  
Sans un geste et sans un soupir ;

Si tu peux être amant sans être fou d'amour,  
Si tu peux être fort sans cesser d'être tendre  
Et, te sentant haï sans haïr à ton tour,  
Pourtant lutter et te défendre ;

Si tu peux supporter d'entendre tes paroles  
Travesties par des gueux pour exciter des sots,  
Et d'entendre mentir sur toi leur bouche folle,  
Sans mentir toi-même d'un seul mot ;

Si tu peux rester digne en étant populaire,  
Si tu peux rester peuple en conseillant les rois  
Et si tu peux aimer tous tes amis en frère  
Sans qu'aucun d'eux soit tout pour toi ;

Si tu sais méditer, observer et connaître  
Sans jamais devenir sceptique ou destructeur ;  
Rêver, mais sans laisser ton rêve être ton maître,  
Penser sans n'être qu'un penseur ;

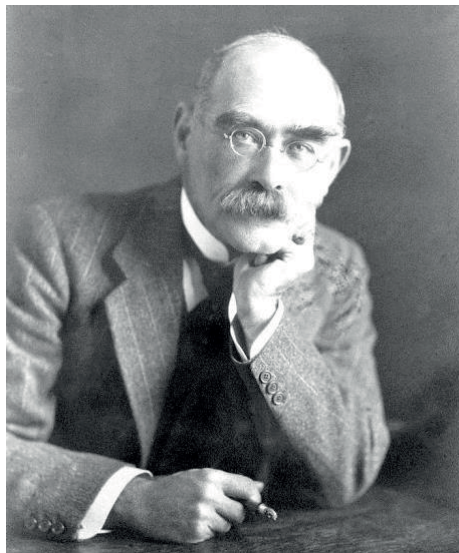
Si tu peux être dur sans jamais être en rage,  
Si tu peux être brave et jamais imprudent,  
Si tu sais être bon, si tu sais être sage  
Sans être moral ni pédant ;

Si tu peux rencontrer triomphe après défaite  
Et recevoir ces deux menteurs d'un même front,  
Si tu peux conserver ton courage et ta tête  
Quand tous les autres les perdront,

Alors, les rois, les dieux, la chance et la victoire  
Seront à tout jamais tes esclaves soumis  
Et, ce qui vaut mieux que les rois et la gloire,

Tu seras un homme, mon fils !

Rudyard Kipling (1865-1936)







## Introduction

« L'éducation est au centre de toutes les stratégies de construction de l'avenir.  
C'est un enjeu mondial, l'un des grands défis du troisième millénaire. »

*Joël de Rosnay*

Ne t'y méprends pas, à l'inverse de ce que le titre de ce livre peut laisser penser, je suis persuadé de tous les aspects bénéfiques que l'école peut apporter à un enfant. Dans la plupart des cas, cela donne un cadre qui lui procure un équilibre et une stabilité indispensables, surtout lorsqu'il n'a pas la chance de les retrouver au sein de sa propre famille, ce qui arrive malheureusement trop souvent. Il y expérimente ses premières interactions sociales, y apprend à découvrir les autres et, ce qui est encore plus important, se découvre lui-même.

Certaines des matières qui y sont enseignées sont indispensables. Je pense bien sûr au fait qu'au sortir de l'école, un jeune sait -en théorie- lire, écrire, compter et parfois même parler couramment une langue étrangère.

Je ne mets bien sûr pas en compte l'importance de ces enseignements qui permettent de survivre dans notre société en pleine évolution. Néanmoins je pose la question : savoir survivre en société est-il le but ultime de la vie ? Évidemment que non. Pour ma part, je pense que chaque enfant que l'on accueille dans le système scolaire mériterait de recevoir de véritables enseignements de vie plutôt qu'uniquement ces quelques apprentissages basiques. Une réelle éducation qui lui permettrait non seulement de réussir dans sa vie mais, plus important encore, de réussir sa vie !

Beaucoup diront que certaines des choses apprises et vite oubliées du genre théorème de Pythagore se révèlent complètement inutiles dans la vie de tous les jours. Ou, pire, que certaines des notions indispensables à la réussite ne sont pas enseignées. On peut en penser ce que l'on veut, mais la réalité, c'est qu'un double constat factuel s'impose. Non seulement ceux qui réussissent le plus à l'école ne sont que très rarement ceux qui réussissent le plus leur vie. Mais surtout, l'école ne permet pas à l'immense majorité de ceux qui la fréquentent de faire cette rencontre essentielle avec eux-mêmes, celle qui va leur permettre de s'épanouir et de "devenir soi". Et elle aurait même tendance à faire l'inverse,

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

comme si l'école du 21<sup>ème</sup> siècle avait pour mission de formater nos enfants pour qu'ils s'intègrent dans une matrice. Un système qui aurait pour principales caractéristiques d'uniformiser leurs pensées et en faire de futurs adultes dociles et "gérables".

Pour ma part, ayant été éjecté à l'adolescence d'un système scolaire visiblement pas adapté à ma personnalité, j'ai eu l'opportunité de démarrer ma vie sous un angle différent. J'ai eu la chance de rencontrer des gens vraiment hors du commun et surtout de découvrir, de comprendre et d'expérimenter certaines clefs qui ont été indispensables à ma réussite personnelle, professionnelle et financière. J'ai compris qu'il n'était jamais trop tard pour commencer à apprendre et, à coup de livres, de reportages, de documentaires, de voyages, de rencontres, de conversations, de rejets, d'expériences, d'erreurs, d'analyses et de réflexions personnelles, je me suis fait mon propre chemin. Je me suis créé ma propre self-éducation. Avec le recul, je réalise que beaucoup de choses que j'ai apprises et qui m'ont amené là où j'en suis aujourd'hui ne m'auraient jamais été enseignées si j'avais poursuivi ma route dans le système traditionnel.

J'ai écrit ce livre à l'instinct, de manière passionnée et à certains endroits d'une façon un peu déstructurée (je ne suis pas écrivain, ce que j'assume complètement). Je l'ai écrit car c'est le guide personnel que j'aurais aimé pouvoir détenir étant plus jeune. Celui que j'aimerais pouvoir transmettre à mon fils le jour où il sera en âge de pouvoir le lire et le comprendre. Un guide que je suis heureux de partager aujourd'hui avec toi. J'espère que, quel que soit ton âge et la situation actuelle de ta vie, il t'apportera certaines des clefs que tu recherches. Aussi, pardonne-moi par avance les quelques "gros mots" que tu trouveras ici ou là dans ce livre. Je ne suis pas d'un naturel vulgaire, mais chaque mot ayant une charge émotionnelle unique et précise, j'ai trouvé utile d'en utiliser occasionnellement quelques-uns, histoire d'appuyer encore plus certains de mes propos. De même, comme tu le remarqueras, ce livre est écrit sous la forme masculine. Il faut bien sûr voir derrière cette approche éditoriale l'idée d'une communication à 100% neutre et générique. Je m'adresse évidemment ici à tous, aux filles comme aux garçons.

Ce livre a pour vocation de te partager quelques-unes des clefs que j'ai apprises et qui pourraient amener ta vie dans une dimension nouvelle. Comme tu le découvriras, je pose de nombreuses questions auxquelles je t'invite à réfléchir et à répondre en toute sincérité. Aussi, concernant l'utilisation de ce livre, n'hésite pas à casser les règles et lis-le avec un stylo à portée de main. Transforme-le en journal intime en écrivant directement dessus tes réponses aux questions des exercices proposés. Notes-y dans les marges et sur les pages blanches toutes les idées et les réflexions qui te viennent. Surligne en fluo les

passages et les citations qui te parlent. Corne les pages et n'aie surtout pas peur de l'abîmer à force de l'emmener partout avec toi. Ne perds jamais de vue qu'un livre défoncé dont tu as puisé et intégré toutes les idées possède 10 000 fois plus de valeur qu'un livre jamais ouvert et sagement rangé pendant des années sur une étagère poussiéreuse.

Que tu aies fait des études ou pas, ce livre a été écrit pour toi. Je t'offre la garantie que si tu appliques les conseils et les stratégies présentées ici tu amélioreras considérablement tes niveaux de succès, d'épanouissement personnel et de qualité de vie. Je crois que nous avons tous, qui que nous soyons, la possibilité de prendre notre vie en main pour en faire quelque chose de grand, de positif et d'unique. Je crois aussi que c'est une décision individuelle que chacun doit prendre avec lui-même.

**À toi aujourd'hui de prendre cette décision et de passer à l'action !**



## Chapitre 1er



### Réfléchis par toi-même

« Les hommes les plus sages suivent leur propre direction. »

*Euripide*

L'histoire se passe il y a quelques années, dans une terre reculée du sud du Maroc. Après une longue journée de travail aux champs, un père et son fils rentrent au village avec leur fidèle âne, le père confortablement assis dessus et son fils marchant à ses côtés.

Sur le chemin ils croisent la route de deux villageois et entendent le premier dire au deuxième : « As-tu vu comme c'est un père indigne ? Il oblige son fils à marcher à pied alors que lui est confortablement assis sur l'âne... »

Le père, touché par cette remarque, se dit que les deux villageois avaient peut-être raison et échange sa place avec son fils. Le voici donc marchant au côté de l'âne chevauché par son jeune fils. Quelques minutes seulement suffirent pour qu'ils croisent deux autres personnes venant du village et marchant en direction opposée. C'est alors qu'ils entendent la réflexion suivante : « Tu as vu ça, chuchota l'une des deux personnes à son camarade. Quel fils indigne, il ne respecte même pas son vieux père et le laisse marcher au lieu de lui offrir sa place sur l'âne ! »

Émotionnellement touchés par cette nouvelle réflexion, le père et le fils décident de monter tous les deux sur l'âne, anticipant ainsi toutes nouvelles remarques. Et ce qui devait arriver, arriva. Un homme qui croisa leur chemin les apostropha : « N'avez-vous pas honte ? À deux sur ce pauvre âne fatigué alors que vous pourriez marcher... »

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

D'un naturel effacé, le père et le fils ne répondirent pas à cet homme mais se dirent l'un à l'autre qu'il n'avait peut-être pas tort. Ils décident en conséquence de descendre de l'âne et de marcher tous les deux à ses côtés.

Ils croisent bientôt trois jeunes adolescents assis au bord de la route, oisifs, et qui rigolent entre eux : « Regardez, dis l'un d'eux, moqueur, à ses deux camarades, ils possèdent un âne et ne l'utilisent même pas pour éviter de se fatiguer. C'est tout juste s'ils ne décident pas de porter leur âne sur leurs épaules pour lui faire économiser ses forces... »

La morale de cette histoire est limpide : quel que soit la façon dont tu agis, tu trouveras toujours des gens pour te critiquer et t'expliquer que ce que tu fais n'est pas bon. Alors réfléchis par toi-même et fais ce que tu penses être juste et bon pour toi, sans t'occuper de ce qu'en disent et pensent les autres.

### **Que signifie “réfléchir par soi-même” ?**

En tant que mammifères, un lien invisible nous unit socialement à nos congénères et nous pousse inconsciemment à modéliser les croyances et les actions des autres. Et, même lorsque pour telle ou telle raison nous pensons ou faisons quelque chose de différent, nous avons besoin, toujours inconsciemment, d'une validation sociale de nos façons de penser et d'agir. C'est ce que l'on appelle le conformisme social. Alors que le conformisme social est quelque chose de plutôt naturel, instinctif et parfois utile, il devient toutefois destructif si les règles sociales érigées bloquent toute notre créativité personnelle originale et nous enferment dans un chemin qui nous fera passer à côté de notre vie. Et si on analyse objectivement le fonctionnement social de nos civilisations, il semble effectivement que ce soit malheureusement devenu le cas.

---

« Réfléchir, c'est déranger ses pensées. »

*Jean Rostand*

---

Dès notre plus jeune âge, nous sommes martelés massivement d'informations

en tous genres. La plupart d'entre elles n'ont qu'un seul objectif : nous convaincre d'acheter quelque chose. Et cette "chose", cela peut être n'importe quoi : une idée, une croyance, une habitude alimentaire, un jouet, une voiture, une lessive, une mode vestimentaire, un comportement, un style de vie, une identité, une idéologie politique ou encore une religion. Des études réalisées récemment ont d'ailleurs montré que jusqu'à l'âge de 6 ans, le cerveau d'un enfant, alors encore en construction, ne peut physiologiquement pas comprendre le concept même de la publicité. En d'autres termes, un enfant qui voit une publicité croit tout simplement qu'il s'agit d'une information, d'une représentation objective de la réalité. À ce propos, de charmantes multinationales -notamment de la restauration rapide- ont très bien assimilé cette donnée et se font un plaisir de l'utiliser pour conditionner dès le plus jeune âge leurs futurs clients : tes gamins ! Je t'invite d'ailleurs à relire cette dernière phrase pour bien en comprendre le sens et l'importance et à réfléchir aux potentielles conséquences qui peuvent advenir lorsque tu utilises Gulli ou YouTube en guise de "garderie" pour tes enfants.

Plus tard, que ce soit à l'école ou dans la famille, on évolue dans des environnements où tout ce que l'on nous inculque -plus ou moins subtilement- est choisi pour nous, par d'autres, pour une multitude de raisons. Des raisons que, la plupart du temps, nous ne connaissons pas et sur lesquelles nous n'avons aucun contrôle. En voici quelques exemples :

- Notre Mamie qui nous raconte dès l'enfance, avec d'ailleurs la plus grande gentillesse du monde et beaucoup d'amour, que le loup est (un animal très) méchant car il a déjà mangé la grand-mère et veut manger le petit chaperon rouge.
  - Et pourtant, les loups ne sont factuellement pas des bêtes sanguinaires qui dévorent les grand-mères. Mais ce genre d'histoires, issues de notre héritage culturel, nous façonne dès l'enfance une peur inconsciente et viscérale du loup. Des croyances qui sont, en partie, la source des violences inutiles que nous lui faisons subir.
- Nos parents qui choisissent pour nous notre religion. Des religions qui, dans la majorité des cas, nous expliquent que Dieu a créé l'homme à son image. Elles nous enseignent ce qu'est le Bien et le Mal, qu'il y a un Paradis et un Enfer et quels sont les types de comportements qui nous mèneront à l'un ou à l'autre.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- Le gouvernement qui décide pour nous du programme scolaire que l'on va nous enseigner et tous ces professeurs qui, parfois, l'habillent de leurs idéologies personnelles.
- Notre civilisation occidentale qui nous inculque sa version de l'histoire du monde.
  - Un exemple ? Reprenons simplement cette idée professée partout dans les écoles et les médias occidentaux : « C'est Christophe Colomb qui a découvert l'Amérique ! ». Or, bien que ce soit la réponse que nous donnons systématiquement (presque) tous dès que l'on nous lance sur le sujet, c'est historiquement faux. Les premiers Européens ayant foulé le sol du "nouveau monde" sont des Vikings, environ 500 ans avant les premiers pas de l'Amiral Colomb sur une plage des Caraïbes. Sous le commandement de Leif Erikson, ils ont accosté sur l'extrême nord canadien et auraient tenté de s'y installer, sans succès.<sup>1</sup> Mais au-delà de cette fausse information, il est aussi et surtout intéressant de noter que c'est la structure même de la phrase "C'est Christophe Colomb qui a découvert l'Amérique" qui est biaisée. Car, rappelons-le, l'Amérique n'a pas été découverte, elle a été envahie. Mais alors si cette vérité n'en est doublement pas une, pourquoi l'inocule-t-on à tous les écoliers ? C'est une excellente question. Peut-être que certains pensent qu'en contrôlant le passé, on peut contrôler l'avenir... ?? Je te laisse méditer là-dessus.

---

« La propagande est aux démocraties ce que la violence est aux dictatures. »

*Noam Chomsky*

---

- Les copains de boulot (ou de bistrot, selon les profils) qui, pour paraître cultivés et intelligents, ressortent des pseudo-vérités entendues quelque part du genre « La grande muraille de Chine est la seule



structure humaine terrestre visible depuis la Lune ! ».

- Pour info, un mur qui fait en moyenne 6 à 7 m de hauteur et 4 à 5 m de largeur<sup>2</sup> ne peut pas être visible à presque 400 000 kilomètres de distance, aussi long soit-il<sup>3</sup>.
- Nos cultures sociales qui nous manipulent massivement avec les compétitions de sports en nous expliquant qu'il faut soutenir son équipe et son drapeau préféré (et qui n'ont d'ailleurs de préféré que le nom puisqu'ils sont pour la plupart du temps prédéterminées par la ville et/ou le pays dont on vient). Et pour bien en revendiquer son appartenance, on achète évidemment les objets siglés et on se réunit avec les copains pour crier dans les stades (et éventuellement, pour certains profils, se taper dessus) ou devant la télé avec une bonne pizza livrée par Domino's et quelques bières (vive le sport !). Les deux reines des événements sportifs les plus manipulateurs et populaires étant bien sûr la Coupe du Monde de football et les Jeux Olympiques.
  - Et puisqu'on parle des événements sportifs, il est important de noter qu'il existe une réelle hiérarchie dans l'importance des différents sports. Ainsi le football -le sport de masse par excellence- est bien plus "important" que tous les autres, loin devant le rugby ou le tennis qui eux-mêmes terrassent allègrement le volley-ball ou l'escrime. Toujours dans cette logique de hiérarchie d'importance, les équipes masculines valent évidemment beaucoup plus que les équipes féminines et les compétitions de valides sont incontestablement plus importantes que celles des handicapés.
- Ronald McDonald's, ce gentil clown souriant, qui nous explique de manière ludique les bases de la nutrition.
- L'industrie agro-alimentaire qui nous explique -notamment- que le lait de vache (mais pas le lait de chienne, de girafe, de chamelle, d'ourse ou de ratte...) est bon pour la santé et qu'il est indispensable à la croissance de l'Homme (qui pourtant pèse et croît beaucoup moins vite qu'un veau).
- Ou encore cette même industrie qui définit comme normal que l'on puisse manger de la vache, de l'agneau et du poulet mais complètement monstrueux de manger du cheval, du chat et encore

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

moins du chien (des normes qui peuvent toutefois varier selon les pays et les cultures).

- À ce propos, grâce à un conditionnement sociétal très ancien et qui commence dès le plus jeune âge, la plupart des Homo sapiens vivant aujourd'hui sur la Terre trouvent complètement légitime, naturel et nécessaire d'exterminer chaque année près de 1 000 000 000 000 d'animaux (1 000 milliards d'animaux, soit environ 900 milliards de poissons et crustacés ainsi que 100 milliards d'animaux terrestres). Pour mettre ces chiffres démesurés dans une perspective plus abordable pour notre cerveau, disons que rien que pour la France cela fait, chaque jour, plus de 3 millions d'animaux terrestres exterminés pour leur chair. La plupart du temps dans des conditions abominables (ce chiffre exclut tous les poissons et les crustacés élevés ou pêchés et dont la quantité est estimée à 10 fois plus). Et ce qui est très paradoxal dans cette situation, c'est qu'en visionnant les films clandestins tournés dans les abattoirs (tape "[L214](#)" sur YouTube), tout le monde sans quasiment aucune exception déclare que la souffrance animale est absolument dégueulasse. Malgré cela, l'immense majorité des gens continue d'y participer indirectement en mangeant ces mêmes animaux presque quotidiennement, préférant regarder ailleurs en rationalisant leurs comportements. Incohérence, quand tu nous tiens...
- Disney qui nous enseigne que les filles sont toutes des princesses qui doivent impatiemment attendre leur prince charmant et que la vie commence toujours par "Il était une fois..." pour finir par "Il se marièrent et eurent beaucoup d'enfants..."; ce qui est, bien sûr, la finalité absolue de la vie.
- La télévision en général qui, de manière indirecte, quotidienne et répétitive nous impose pour qui voter, comment penser et quoi consommer. Et d'ailleurs, puisqu'on évoque la consommation, profitons-en pour remercier tous ces publicitaires qui nous démontrent chaque jour que le bonheur est proportionnellement lié à l'acquisition de choses matérielles en tous genres.

« La publicité peut tuer. C'est d'ailleurs l'un de ses objectifs : tuer le citoyen responsable, annihiler ses mécanismes de défense, le convaincre que le sens vient de l'objet, qu'il n'en a pas assez, qu'il n'en aura jamais assez. »

*Jean Dion*

---

- Les chaînes d'infos qui nous bastonnent en permanence que c'est la crise, que le chômage est une épidémie et que le sésame ultime c'est de trouver un CDI dans une entreprise qui, en plus de notre salaire, nous cajole en nous versant généreusement tous les mois 35€ dans un compte épargne retraite bloqué.
- D'ailleurs, puisqu'on parle de chômage, une pensée particulière pour toutes les industries telles que celles du tabac, des énergies fossiles, des pesticides ou encore de la malbouffe (pour ne citer qu'elles...). À chaque fois que des citoyens, des ONG ou des lois s'interposent à leurs projets, ils nous ressortent toujours le même leitmotiv : « Ça va créer de l'emploi si on le fait ! » (ou la variante « On va devoir licencier si on arrête de faire ! »).
  - Mais au fait, hormis qu'on nous rabâche cette croyance en permanence et à toutes les sauces, où est-il écrit que la préservation de notre planète, de ses écosystèmes et la santé de ceux qui y vivent a moins de valeur que quelques emplois (d'ailleurs souvent très mal payés) ?
- Toutes ces personnalités du show business qui nous expliquent comment s'habiller et nous initient sur ce qui est cool ou pas. (Heureusement qu'ils sont là ! 😊)
- Les productions cinématographiques hollywoodiennes qui, en plus de nous enseigner elles aussi ce qui est cool ou pas, nous apprennent les meilleures rhétoriques à ressortir selon telle ou telle situation et nous offre un modèle du monde "clef en main". Un prisme tout prêt pour comprendre sans réfléchir et de manière ludique le fonctionnement de

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

notre planète, de ses écosystèmes et de nos sociétés.

- Un exemple -parmi tant d'autres- du prisme que je viens d'évoquer pourrait être cette fabuleuse quadrilogie "Les dents de la mer". Une série de quatre films qui ont brillamment réussi à persuader plusieurs générations d'Homo sapiens que les requins sont les animaux les plus dangereux du monde. À titre informatif, sache que les requins tuent chaque année en moyenne six humains, soit des centaines de fois moins que les morsures de chiens dont plusieurs milliers de victimes sont recensées tous les ans autour du globe, généralement imputables à la rage<sup>4</sup>. À l'inverse les humains tuent près de 100 millions (100 000 000 !) de requins par an provoquant ainsi une extinction massive actuellement en cours.
- Les entreprises de produits phytosanitaires qui nous martèlent qu'elles sauvent le monde d'une famine généralisée grâce à une agriculture intensive gavée d'OGM et de pesticides en tous genres. Une agriculture qui est bien sûr sans risque pour la santé et l'environnement.
- Les laboratoires pharmaceutiques qui insinuent que la santé passe avant tout par de bons traitements et médicaments plutôt que par une alimentation et une hygiène de vie saine. (Il est d'ailleurs "amusant" de noter que, à l'image du groupe Bayer-Monsanto, les sociétés qui produisent les pesticides produisent aussi les traitements contre les cancers qu'ils provoquent...)
- Tous ces talentueux hommes politiques qui nous expliquent que la croissance économique est indispensable. (En ne comprenant visiblement pas qu'une croissance infinie dans un monde fini, c'est juste mathématiquement impossible et que l'on force droit dans un mur...)
- Tous ces gouvernements et ces experts en géopolitique qui, relayés massivement par les médias de masse, nous expliquent -sans évidemment aucune arrière-pensée- qui sont les gentils et qui sont les méchants de la scène internationale.

« Quand mes soldats commenceront à réfléchir, aucun d'eux ne voudra rester dans les rangs. »

*Frédéric II*

---

- Tous ces brillants cerveaux de la Silicon Valley qui nous martèlent qu'une croissance technologique exponentielle est la chose la plus normale et naturelle de notre évolution et qu'il ne faut surtout pas s'en faire car elle sauvera inéluctablement l'humanité des grands défis - notamment écologiques- qui l'attendent au 21<sup>ème</sup> siècle.
- Notre espèce, l'Homo sapiens, qui d'une manière générale s'auto-conditionne à croire qu'elle est d'une intelligence suprême, ce dont elle s'auto-congratule en permanence.
  - On peut incontestablement observer que, individuellement, certains Homo sapiens sont réellement très intelligents. Certains d'entre eux étant en effet capables d'appréhender des choses ultra complexes notamment sur la philosophie, la génétique, l'astrophysique, la mathématique ou encore la physique quantique. Une compréhension des choses qui a permis de développer de nombreuses applications et technologies -la plus hallucinante de toutes étant incontestablement le LHC (Large Hadron Collider), le plus grand accélérateur de particules au monde<sup>5</sup>. Toutefois, si on regarde les choses objectivement et d'un point de vue plus global, il semblerait que l'intelligence soit inégalement partagée chez les humains. La plupart d'entre nous ne le sommes malheureusement pas autant que nous aimons le prétendre, arrivant à peine à comprendre et à utiliser ces dites applications. Mais surtout, si on considère comme critère ultime d'intelligence la capacité à préserver l'environnement dans lequel on évolue, il semble que l'Homo sapiens soit l'espèce la plus stupide de toutes celles vivantes ou ayant

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

vécu sur Terre. En effet, ne défonce-t-elle pas violemment les écosystèmes dont elle est pourtant issue, sciant ainsi la branche sur laquelle elle est assise ? Parfois, je m'interroge : la croyance généralisée de notre supposée intelligence ne serait-elle pas l'un des éléments qui contribuera à notre perte ?

---

« L'intelligence, on croit toujours qu'on en a assez, vu que c'est avec ça qu'on juge. »

*Coluche*

---

Ce ne sont là que quelques exemples parmi les dizaines de milliers de croyances et de conditionnements qui sont massivement dispersés sur l'humanité et la transforment chaque jour profondément. En suivant ainsi pendant toute leur vie -depuis leur naissance jusqu'à aujourd'hui- ce genre de programmation continue, la plupart des gens se retrouvent complètement apprivoisés des normes sociales édictées. C'est une force invisible très puissante dont ils n'ont même pas conscience. Elle affecte leurs comportements et les pousse inconsciemment à s'enfermer dans leur zone de confort. Ils deviennent accros à la sécurité et éperdument effrayés par le regard des autres. À quelques variantes près, ils possèdent presque tous le même modèle du monde et ressentent, pour l'écrasante majorité d'entre eux, un très grand manque de confiance en soi. Un manque de confiance en soi qui, pour ne surtout pas le faire apparaître, est paradoxalement souvent associé à une arrogance plus ou moins appuyée et révélée par un ego omniprésent. Ils deviennent pour la plupart incapables de prendre une décision un peu compliquée et s'enferment dans une vie qui leur a été imposée. Au final, le monde se retrouve sous une hypnose collective incroyablement puissante qui enferme l'immense majorité des gens dans la plus grande prison qui soit : celle de la crainte de ce que pensent les autres !

Pour ma part, j'ai été tellement ridiculisé dans ma vie qu'à un moment donné cela m'a enlevé cette crainte du regard des autres. J'étais arrivé à un niveau où le jugement des autres, quel qu'il soit, glissait sur moi. Ce n'est que lorsque j'ai atteint ce point de bascule que j'ai enfin pris conscience de la prison dans laquelle je vivais auparavant. De ce vécu personnel, j'ai, d'une part, compris que

les autres ne savent jamais pour toi, mais j'en ai aussi surtout retiré une certaine analyse de la facilité que possède une poignée de personnes à pouvoir contrôler les masses. Tout ce qu'il y a à faire, c'est de dicter les normes de la société : ce qui est bien et mal, beau et moche, à la mode et démodé, brillant et has been, politiquement correct et inacceptable, gentil et méchant, possible et impossible, vrai et faux, sain et malsain. Expliquer quel est le bon comportement à avoir en société, comment il faut s'habiller, ce qu'il est indispensable de faire et ce qu'il ne faut surtout pas faire... etc. Toutes ces règles édictées forment ensemble une sorte de "zone de tranquillité". Tant que tu restes à l'intérieur de cette zone, tout se passe bien pour toi : les gens te laissent tranquille et tu es considéré comme "normal".

Par contre, à l'inverse, si tu développes un mode de pensée et un fonctionnement de vie différents, propres à toi-même, en fonction de ce que tu penses être le plus juste pour toi, tu te feras remarquer par les gens. Une foule immense qui n'hésitera pas à te stigmatiser et à te rejeter, les prisonniers du système établi en étant aussi les geôliers...

---

« "Être normal", c'est une phrase utilisée par des gens qui veulent contrôler d'autres gens. »

*Anthony Robbins*

---

Et souvent, les gens "normaux" vivent avec le sentiment personnel qu'ils ne peuvent pas impacter profondément les choses importantes autour d'eux, et a fortiori, encore moins celles du monde. Ils font alors naître en eux un autre sentiment pour contrebalancer le premier et ainsi trouver un certain équilibre. Un sentiment qui leur donne à penser que 1/ l'organisation du monde est presque parfaite et que 2/ les personnes qui l'organisent et le gèrent sont bien meilleures qu'eux et ont pleinement la compétence pour le faire.

Or, même si c'est parfois le cas, souvent ça ne l'est pas. Comme le résume cette analyse très lucide de l'évolution de notre monde de Christopher Lynn Hedges, journaliste et auteur américain : « Nous vivons maintenant dans un monde où les médecins détruisent la Santé, les avocats détruisent la Justice, les universités

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

détruisent la Connaissance, les gouvernements détruisent la Liberté, la presse détruit l'Information et les banques détruisent l'Économie. »

---

« Nous vivons maintenant dans un monde où les médecins détruisent la Santé, les avocats détruisent la Justice, les universités détruisent la Connaissance, les gouvernements détruisent la Liberté, la presse détruit l'Information et les banques détruisent l'Économie. »

*Christopher Lynn Hedges*

---

### **Comprendre le fonctionnement du monde**

Si tu veux réfléchir par toi-même dans ce monde devenu ultra complexe, la première chose à faire c'est d'essayer d'en comprendre son fonctionnement. Pour cela il te faut analyser tes croyances sans avoir peur d'admettre que certaines sont très probablement fausses. Découvre d'où elles te viennent, en n'hésitant pas à les remettre en cause pour les faire évoluer. Il te faut apprendre à regarder notre monde et son histoire non pas tel qu'il nous est vendu, mais tel qu'il est réellement.

Il y a par exemple cette vision simpliste et partagée par beaucoup de l'équilibre du pouvoir du monde. Un monde binaire où il y aurait d'un côté les "méchants" illuminati composés de quelques familles aussi puissantes que secrètes et qui tirent toutes les ficelles. Et de l'autre, toute la population mondiale qui ne peut que subir.

En fait, notre monde est beaucoup plus complexe. D'un côté, il est en effet composé d'une masse immense de gens englués dans la pauvreté et/ou abrutis par le divertissement et la consommation de masse et qui ne comprend rien à ses réalités et à ses enjeux. Mais de l'autre côté, il y a une multitude de groupes : multinationales, fonds d'investissement, institutions internationales, religions "officielles", sectes, organisations mafieuses, loges maçonniques, agences de renseignements, Groupements d'Intérêts Économiques, Organisations Non-Gouvernementales, partis politiques... etc. Ils sont financièrement très puissants, ont des ramifications internationales, possèdent parfois des



technologies incroyables, et sont tous, à divers niveaux, interconnectés entre eux. Ils se mènent une concurrence acharnée pour manipuler les masses afin d'en obtenir le plus possible. Ouvertement ou en coulisse, ils s'activent pour s'emparer d'un maximum d'influence et de pouvoir.

Et pour compliquer encore plus les choses, à l'intérieur même de ces diverses organisations coexistent plusieurs forces et courants. Des courants composés de nombreux individus qui se connaissent le plus souvent très bien et depuis très longtemps. Ils s'aiment, se détestent, s'affrontent, se respectent, s'allient, s'entre-aident et/ou se trahissent en fonction des personnalités, des situations et des intérêts en jeux. Avec toutefois, pour chacun d'entre eux quasiment tout le temps, le même objectif : obtenir plus d'argent, plus d'influence et plus de pouvoir, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de leur organisation. En tout cas, ce qui est sûr, c'est qu'au final la complexité du monde des Hommes est devenue telle que plus personne n'est aux commandes et très rares sont ceux qui en saisissent réellement tous les contours...

Toujours est-il qu'il est plus que jamais venu le temps où tu te dois d'investiguer tes croyances pour, éventuellement, les remettre en question et les faire évoluer.

---

« Si tu veux trouver les secrets de l'Univers, pense en termes d'énergie, de fréquence d'information et de vibration. »

*Nikola Tesla*

---

### **Parfois, il peut être bien de vouloir remettre en question les normes établies**

C'était un magnifique dimanche de septembre ensoleillé. Toute la famille élargie était réunie dans la maison de campagne et la journée s'annonçait joyeuse. Les adultes partageaient un verre en discutant autour de la table du jardin pendant que les enfants salissaient leurs pantalons en s'amusant ensemble dans l'herbe. Dans la cuisine, la maîtresse de maison préparait un gigot d'agneau avec sa petite fille de 5 ans. Comme à son habitude, elle prit le gigot, en coupa un petit morceau de quelques centimètres, le jeta à la poubelle et mis le reste dans un plat qu'elle inséra dans le four. Intriguée, la petite fille lui demanda :

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- Maman, pourquoi est-ce que tu jettes ce petit morceau de gigot à la poubelle ?

- Parce que c'est comme cela qu'on prépare le gigot, lui répondit simplement la mère.

- Mais pourquoi fait-on comme cela, lui demanda la petite fille qui voulait comprendre ?

- Hé bien, je ne sais pas, lui répondit la mère. C'est comme ça que se prépare le gigot, c'est tout.

- Mais pourquoi fait-on comme ça et pas autrement, lui demanda la petite fille qui ne voulait rien lâcher. Pourquoi jeter un morceau ? Il doit bien y avoir une raison, non ?

- Très probablement lui dit sa Maman. Mais je ne la connais pas, c'est ta Mamie qui m'a appris à faire comme ça.

- Alors allons lui demander ! suggéra la petite fille.

Souvent, devant l'innocence et la ténacité d'une enfant, on n'ose pas résister. Les voici donc toutes les deux, en direction du jardin, pour aller voir Mamie assise autour de la table avec tout le reste de la famille.

- Dis-moi Maman, lui demanda la mère de la petite, pourquoi m'as-tu appris à toujours couper et jeter un morceau de gigot avant de le mettre au four ?

- Surprise par la question, la Mamie répondit simplement qu'elle n'en savait rien, qu'elle avait toujours fait ainsi car c'est sa Maman qui lui avait appris à faire comme ça.

Les voici donc toutes les trois, se retournant vers l'arrière-grand-mère de la petite, assise confortablement sur une chaise à l'autre au bout de la table.

- Dis-nous Grand-Mère, lui demandèrent-elles, pourquoi coupais-tu toujours un morceau de ton gigot lorsque tu le préparais avant de le mettre au four ?

Malgré ses 87 ans révolus, la vieille dame avait encore toute sa tête. Avec ses petits yeux brillants, elle regardait ces trois générations de femmes qui lui

succédaient. Elle leur fit un sourire et leur répondit simplement :

- Ben parce que le plat que j'utilisais était trop petit, pardi...

Cette histoire te fait sourire mais, probablement, te paraît-elle trop stupide pour être plausible ? Et pourtant, interroge les personnes autour de toi : quel est le pourcentage d'entre elles qui mettent de l'huile dans l'eau lorsqu'elles préparent des pâtes ? Et d'ailleurs, puisqu'on en parle, en mets-tu toi aussi ?

Pourtant, d'un point de vue purement chimique, cela ne sert absolument à rien et la science est très claire sur ce point : l'huile ne se mélange pas à l'eau ! (Si tu n'es pas convaincu, fais une recherche sur Internet : « Faut-il mettre de l'huile dans l'eau des pâtes ? ») Malgré ça, de nombreuses personnes mettent de l'huile dans l'eau lorsqu'elles font cuire leurs pâtes, reproduisant ainsi machinalement un comportement qu'on leur a transmis mais qu'elles n'ont jamais pris le temps d'analyser et encore moins de remettre en question...

---

« Les convictions sont des ennemis de la vérité plus dangereux que les mensonges. »

*Friedrich Nietzsche*

---

Et s'il existait, comme ça, dans nos vies, dans notre programmation personnelle, d'autres croyances et comportements complètement incohérents mais que nous intégrons comme la chose juste à faire ou à penser ? Et si tu prenais le temps d'y réfléchir ?

Bien sûr, il ne s'agit pas ici de vouloir absolument tout remettre en question dans un esprit débile d'opposition systématique. Car nous avons évidemment aussi de nombreuses croyances qui sont nécessaires et voire même, pour certaines, indispensables à notre survie. Il s'agit plutôt ici de ne pas automatiquement "acheter" sans réfléchir les expériences des autres qui nous sont servies sur un plateau pour commencer à vivre, à analyser et à construire celles qui nous sont propres. Lorsque tu ressens qu'une idée et/ou un comportement te semble illogique, inutile voire injuste, il est judicieux de faire confiance à ton instinct et d'utiliser ton cerveau pour approfondir certaines situations. Prends le temps

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

nécessaire pour analyser objectivement leurs degrés de cohérence, d'efficacité et de moralité. Et, si tu l'estimes approprié, n'hésite pas à les remettre en question ; et ce indépendamment de leurs ancrages dans nos sociétés, de leurs anciennetés et/ou du nombre de personnes qui les estiment justes. Car comme le disait très poliment Anatole France, « ce n'est pas parce 50 millions de personnes disent une bêtise que ce n'en est plus une. »

### **Comment faire pour apprendre à penser par soi-même ?**

Qu'elle soit idéologique, politique, économique, technologique ou spirituelle, tu dois tout d'abord réaliser et intégrer que la direction que prend notre monde ne suit pas le cours d'une destinée préétablie. Si notre monde prend telle ou telle direction, c'est parce que des gens ont enclenché tout au long de l'histoire une multitude d'actions provoquant une multitude de réactions en chaîne. Des événements qui ont constamment influés sur le gouvernail du monde jusqu'à le placer dans sa position actuelle où il continue évidemment de subir la multitude d'influences qui agissent en permanence sur lui.

Si on prend le temps d'étudier et de comprendre objectivement l'histoire du monde depuis ses origines (l'un des très bons outils pour cela est le livre "[Sapiens - Une brève histoire de l'humanité](#)" de Yuval Noah Harari), on réalise que, indépendamment du fait qu'ils soient bons ou mauvais, tous les modes de pensées et les modèles du monde qui nous sont rabâchés à longueur de journées ne sont que des constructions artificielles créées de toutes pièces par l'Homo sapiens. Que ce soit -par exemple- l'argent, les lois, la justice, le commerce, les lois économiques, les états, les drapeaux, les frontières, les hymnes nationaux, le patriotisme, les sports, le cinéma, la mode, l'école, les congés payés, les concours de beauté, l'Internet, le fait qu'il faut se comporter de telle ou telle manière, "travailler 8 heures par jour", se marier, élever ses enfants de telle ou telle façon ou encore la supposée suprématie divine de l'Homme sur les animaux et les écosystèmes (qui au passage l'arrange bien car cela lui donne la légitimité morale d'une exploitation massive et malsaine) : toutes ces choses ne sont pas des lois fondamentales de l'Univers qui ont été découvertes, mais des concepts qui ont été développés au fil du temps par l'Homme. Mais alors que nous baignons dedans depuis toujours, partageant nos vies avec d'autres personnes qui en sont, elles aussi, complètement imbibées, nous avons tendance à penser que tous ces concepts sont la norme. Nous croyons qu'ils sont l'unique réalité fondamentale de comment doit être notre monde. Et, du coup, nous nous laissons le plus souvent emporter sans réfléchir par le flot de ces croyances sans ne jamais rien remettre en question.

« Le poisson ne sait pas qu'il est dans l'Océan, pour lui c'est l'Univers ! »

*Gérald Vignaud*

---

Qui sait, peut-être que dans des Univers parallèles, ce sont des idéologies basées sur l'intégration plutôt que sur la séparation qui se sont développées. Des communautés qui se respectent et se soutiennent les unes les autres plutôt qu'un monde ultra-violent et cynique fait d'hypocrisies, de frontières, de murs, de guerres, d'esclavages et de pillages des ressources. Des investissements en recherche et développement dans la compréhension de nos écosystèmes plutôt que dans l'armement. L'exploitation d'énergies basées sur l'eau, l'air, le soleil et la chaleur des profondeurs plutôt que sur le pétrole, le gaz et le charbon. Des partages basés sur l'envie d'aider et de construire des projets communs plutôt que sur le commerce et une accumulation égoïste et sans fin d'argent et de pouvoir. Une relation de partage, d'amour et de respect avec les autres espèces animales qui peuplent notre planète commune plutôt qu'une domination malsaine telle que celle que nous leur imposons. Des systèmes économiques basés sur la préservation et le renouvellement des ressources, et non sur leur épuisement. Une philosophie de l'action politique axée sur la recherche de solutions et la création d'un monde meilleur plutôt que sur l'objectif unique de conquérir puis de garder le pouvoir. Des mondes axés sur une croissance infinie de leurs connaissances et de leurs sagesses plutôt que sur celle de leurs économies. Des technologies basées sur l'énergie quantique, la méditation et la télépathie plutôt que sur l'électricité, le silicium et les processeurs. Un environnement de vie axé sur une croissance et une évolution spirituelle, plutôt que sur un divertissement de masse en continu et une surconsommation d'objets inutiles.

La réalité, c'est que notre monde est tel qu'il est aujourd'hui parce que l'avons collectivement, par nos actions et nos décisions d'hier (ou par une passivité face aux actions et aux décisions d'autres personnes) construit ainsi. Si par le passé nous avons collectivement décidé de le façonner autrement (par nos actions et nos décisions, ou par nos oppositions à certaines des actions et des décisions d'autres personnes), il aurait aujourd'hui un autre visage. C'est aussi simple que ça !

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Mais cela veut dire aussi que, si le monde d'aujourd'hui est à l'image de nos décisions d'hier, le monde de demain sera à l'image de comment nous positionnons son gouvernail aujourd'hui. Rien n'est écrit à l'avance et chacun d'entre nous peut contribuer par ses actions et ses décisions à peser -de manière souvent infime, certes, mais peser quand même- sur la position du gouvernail. Une influence que chacun d'entre nous peut aussi travailler à augmenter.

---

« Si tu veux créer le monde de demain, alors fais-le ! »

*Will Smith*

---

Tu dois prendre conscience que pour chaque être humain, c'est la même chose : il influe sur son environnement et, inversement, son environnement influe sur lui. Ce qui va toutefois changer d'un être humain à l'autre, c'est le rapport, la qualité et la profondeur de ces influences.

Le **rapport** d'influence, d'abord : Même si cela peut évidemment varier d'une relation et/ou d'une situation à l'autre, d'une manière générale es-tu plus influencé ou influenceur ?

La **qualité** d'influence, ensuite : Quel est le niveau de qualité des influences que tu donnes, mais surtout de celles que tu reçois ? Ces influences (te) construisent et (te) tirent-elles vers le haut positivement ? Ou bien alors sont-elles négatives et destructrices ?

La **profondeur** de l'influence, enfin : Quel est le niveau de profondeur des influences que tu donnes, mais surtout de celles que tu reçois ? Ces influences ont-elles un impact léger et superficiel ou alors nettement plus profond ?

Comme je l'ai évoqué plus haut, il est bien sûr indéniable que nous devons garder certaines de nos croyances. Toutefois, au-delà de cette évidence, peut-être est-il judicieux d'en examiner quelques-unes afin de les faire évoluer. Peut-être est-il parfois utile de faire évoluer sa façon de fonctionner et d'appréhender les choses. Voici quelques conseils et idées en vrac pour apprendre à penser par toi-même. Prends ce qui t'intéresse.

- Protège ton mindset en contrôlant au maximum toutes les données qui pénètrent ton cerveau.
  - En moyenne, le français regarde la télévision 3h42 par jour<sup>6</sup>. À part quelques films et reportages que tu peux retrouver sur le net, les programmes télévisuels sont en général assez chronophages et toxiques. Et si tu revendais ta télé ?
  - Dans le même ordre d'idée, que penses-tu de remplacer la lecture de magazines débiles genres "Voici", "Gala" ou "Public" par des revues brillantes telles que "GEO", "Science & Vie", "Orbs - L'autre planète"<sup>7</sup> ou encore des livres de développement personnel ?
  
- Tu es la somme des dix personnes que tu fréquentes le plus. Et si tu faisais le tri dans ton relationnel et que tu éliminais toutes les personnes qui te sont toxiques ?
  
- Méfie-toi de tous ces livres idéologiques qui expliquent qu'ils détiennent la vérité et qui, pour te le prouver, te disent que c'est vrai parce que c'est écrit dans le livre...
  
- Comprends que 99% de toutes ces choses dites "de masse" sont le plus souvent toxiques.
  - Il ne s'agit évidemment pas ici de croire à la première "théorie du complot" venue -car non, la terre n'est pas plate- mais de se défaire de cet état d'esprit de moutons. Lorsque tout le monde court dans la même direction, réfléchis à deux fois avant d'y courir aveuglément toi aussi. L'expérience montre que ce n'est que très très rarement le meilleur chemin à prendre.

Que ce soit l'éducation de masse, l'alimentation de masse, l'information de masse, le divertissement de masse, le tourisme de masse ou encore la consommation de masse, appréhende toutes ces choses d'un regard critique, attentif et averti.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- Délivre-toi de ton addiction à l'urgence et au stress.
  - L'un des grands défis humains du 21<sup>ème</sup> siècle est incontestablement cette épidémie de stress qui touche une immense partie de la population mondiale. Elle absorbe à la fois le bonheur et la capacité personnelle à réfléchir sereinement. Décide de te protéger contre elle. Pour cela, la première des choses à faire est de reprendre le contrôle de l'utilisation de ton smartphone en désactivant toutes les notifications de ton téléphone et en t'offrant quotidiennement plusieurs heures de déconnexion numérique. Il va sans dire que ton smartphone ne doit bien sûr pas dormir avec toi dans la chambre. Ensuite, que ce soit dans les journaux, sur Internet ou à la télévision, arrête de regarder les actualités. Ne t'inquiète pas de la possibilité de passer à côté d'un événement majeur car s'il s'en produit un, tu seras au courant par tous les gens qui en parleront autour de toi dans la vraie vie.

Prends de la hauteur sur ta vie et sur les événements qui s'y produisent. Apprends à lâcher prise. La méditation est l'un des meilleurs outils pour cela. Intéresses-y-toi. Sors de ton mental et arrête de vivre dans le passé ou le futur. L'important, c'est le moment présent.

- Apprends à analyser les situations de manière rationnelle.
  - L'Homo sapiens est ainsi fait : d'une façon générale, il ne possède pas une grande analyse rationnelle des choses et dès qu'il appréhende des données et des chiffres qui le dépassent, il se déconnecte inconsciemment de la réalité. Pour illustrer mes propos, nous allons faire un petit test sur la personne que tu es censé connaître le plus : toi ! Tout d'abord, avant de passer à la suite, prends un stylo et quelques secondes pour répondre, à l'instinct, à ces trois questions :
  - Combien font **1 million** de secondes en temps ? (en jour/semaine/mois et/ou année ?)

Ta réponse : \_\_\_\_\_.



- Combien font **1 milliard** de secondes en temps ? (en jour/semaine/mois et/ou année ?)

Ta réponse : \_\_\_\_\_.

- Combien de temps te faudrait-il pour compter jusqu'à **1 milliard** ?

Ta réponse : \_\_\_\_\_.

Même si à ces questions les réponses des personnes peuvent considérablement varier, le point commun de 99,9% d'entre elles est qu'elles sont fausses. (Je te laisse faire le test sur les personnes autour de toi. Tu remarqueras aussi que les réponses varient en fonction de l'ordre dans lequel tu poses ces trois questions, réfléchir à l'une d'entre elles entraînant un début d'élément de réponse et de réflexion pour les suivantes.)

À la question « Combien font **1 million** de secondes en temps ? », on obtient le plus souvent des réponses allant de 1 jour à quelques semaines. La bonne réponse étant un peu moins de 12 jours (11,5740741 jours précisément).

À la question « Combien font **1 milliard** de secondes en temps ? », la plupart des gens sont encore plus à côté de la plaque concernant la réponse. La majorité d'entre eux donnent une réponse située entre 1 semaine et 1 mois, la quasi-totalité des réponses étant dans tous les cas moins de 1 an. Or, la réponse factuelle à cette question est de presque 32 ans (31,70 ans pour être plus précis). À ce propos, pour beaucoup de personnes -peut-être que pour toi aussi- un millionnaire ou un milliardaire, c'est presque pareil. Or, ce sont deux dimensions complètement différentes. La même différence qu'entre 12 jours et 32 ans...

Mais c'est la réponse à la troisième question « Combien de temps te faut-il pour compter jusqu'à **1 milliard** ? » qui est la plus intéressante. La plupart des gens répondent entre une semaine et un mois (je te laisse faire le test auprès de ton entourage). Toutefois, les personnes avec qui tu as déjà discuté du fait qu'1 milliard de secondes font presque 32 ans

te diront, avec une certaine logique, que cela leur prendrait 32 ans (à coup de 1 seconde par numéro).

Bien que plus aboutie, cette réponse est elle aussi fausse. En effet, même s'il ne suffit que d'une seconde pour compter chacun des premiers chiffres -un, deux, trois, quatre, cinq ...etc.-, il faut en revanche beaucoup plus de temps pour épeler chaque nombre au fur et à mesure que tu progresses -Trois cent quatre-vingt-treize millions deux cents quarante-sept mille deux cent trente-cinq (393 247 235), Trois cent quatre-vingt-treize millions deux cents quarante-sept mille deux cent trente-six (393 247 236), Trois cent quatre-vingt-treize millions deux cents quarante-sept mille deux cent trente-sept (393 247 237) ...etc. À ce rythme-là, une vie entière ne suffirait pas pour compter jusqu'à 1 milliard, ce qui est la bonne réponse à cette question. Une bonne réponse que quasiment personne, parmi tous les gens à qui tu poseras cette question, ne te donnera. (Fais le test).

Cet exemple met en lumière toute l'incohérence du raisonnement de la plupart des Homo sapiens dès lors qu'il s'agit d'appréhender des données complètement disproportionnées par rapport à celles qu'ils manipulent au quotidien. De plus, comme on le constate avec les réponses usuelles de la troisième question, on passe souvent à côté d'éléments importants que l'on ne soupçonne même pas (comme ici, le fait qu'épeler un "grand" numéro prend beaucoup plus de temps qu'un "petit"). Ce qui fausse complètement l'analyse et le résultat final. Or, qu'elles soient de natures scientifiques, mathématiques, économiques, démographiques ou encore écologiques les données à notre disposition sont la plupart du temps démesurées comparées à celles que nous utilisons dans notre quotidien. Réussir à les pénétrer réellement est nécessaire pour comprendre les différentes situations et les analyser de manière factuelle et rationnelle. Une compétence indispensable pour appréhender l'évolution du monde ainsi que les grands challenges qui nous attendent en ce début du 21<sup>ème</sup> siècle.

« Il est intéressant de voir comme l'esprit de l'homme essaie de rendre l'absurde logique. »

*Marie Kondo*

---

- Réalise que tu ne sais pas ce que tu ne sais pas.
  - Qui que tu sois et quel que soit ton niveau de compétences et/ou de connaissances, il est fort probable que tu ne connais pas grand-chose en comparaison de tout ce qu'il est possible de connaître. Il est quasi certain, aussi, que tu ne sais pas ce que tu ne sais pas. Prends-en conscience et accepte-le avec humilité.
  
- Assume et développe ta différence.
  - Nous vivons aujourd'hui dans un monde où la plupart des gens ont tendance à cacher au maximum leurs différences pour ne montrer uniquement que leurs similitudes alors que la clef du succès c'est, au contraire, de faire l'inverse. Accepte le fait que tu ne pourras pas plaire à tout le monde et comprends surtout que ce n'est pas grave, bien au contraire.

Souvent lorsqu'on rencontre quelqu'un pour la première fois, on est tellement effrayé par ce que pourrait penser cette personne de nous qu'on ne perçoit même pas qu'en face de nous, cette personne pense exactement la même chose. Et si tu faisais un très gros "Fuck" à ce que peuvent penser les autres de toi ? Et si tu décidais de faire abstraction du jugement des autres pour développer à fond ta différence, ton unicité ?

Ce point est tellement crucial que j'y consacrerai l'intégralité du chapitre suivant.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- (re)Développe ta créativité
  - Souviens-toi, lorsque tu étais un tout petit enfant, lorsque tu avais 2, 3, 4 ou 5 ans : tu t'intéressais à tout et tu voulais tout comprendre. Tu étais ultra créatif !

D'une façon générale, c'est dès l'école que l'on tue la créativité pour mettre nos gamins dans des moules. Et si tu apprenais à redévelopper ta créativité ? Voici pour cela une petite stratégie en 5 étapes :

1/ Associe ensemble des idées et des concepts complètement différents.

2/ Interroge-toi sur les résultats de ces nouvelles associations.

3/ Observe ce que font les autres et vole leurs idées afin d'enrichir les tiennes.

4/ Trouve des personnes brillantes avec qui échanger vos façons de penser.

5/ Transpose ces nouvelles idées dans le réel pour voir comment elles réagissent.

Plus tu redeviendras créatif et plus tu développeras une approche et une compréhension du monde aboutie. Et c'est sans compter sur le fait que, parfois, une seule bonne idée - une seule- peut changer ta vie pour toujours !

---

« Je ne suis spécialiste en rien mais intéressé par tout ! »

*Vincent Lindon*

---

- Développe ta capacité à prendre tes propres décisions
  - Obnubilés par le besoin de sécurité, la plupart des gens ne prennent de décision que quand ils sont absolument certains du résultat final. La réalité est que cet alignement des planètes ne se produit que très rarement. Il te faut éradiquer ta peur de te tromper. Car sois en sûr à 1 000% : tu te tromperas très régulièrement dans ta vie. Toutefois, il faut que tu réalises que ce sont de ces erreurs que tu tireras les leçons qui affineront ton analyse et ta compréhension des choses. Une analyse et une compréhension qui construiront tes succès de demain. Le “muscle décisionnel”, cette capacité à prendre des décisions est, comme son nom l’indique, un muscle. Comme tous les muscles, il devient de plus en plus fort au fur et à mesure que l’on soulève du poids. Il convient donc de l’entretenir et de le développer.
  
- Deviens hermétique aux critiques.
  - Quoique tu fasses dans ta vie, tu seras toujours la cible de critiques. Et plus tu fais de choses et prends de l’importance, plus cette cible collée dans ton dos grandit. Mais est-ce vraiment un problème ? Seulement si tu le décides !

### **Quelques mots pour conclure ce chapitre**

Développe ta capacité à réfléchir par toi-même. Qu’elles soient -par exemple- en lien avec l’alimentation, le succès, l’argent, le pouvoir, le fonctionnement de nos sociétés ou encore la spiritualité, méfie-toi des croyances populaires. Oublie les raisonnements simplistes et clef en main. Détache-toi de la peur du qu’en dira-t-on et self éduque-toi pour voir et comprendre le monde d’une manière factuelle et objective. Utilise cette connaissance nouvelle comme la matière première de tes réflexions, de tes croyances et de tes décisions. Investigue tes pensées et ton fonctionnement :

Sur une échelle de 1 à 10 quel est le niveau d’attention et d’importance que je donne aux regards que me portent les autres ?

\_\_\_\_\_ / 10

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Quelles sont les croyances que je possède sur telle ou telle chose et qui me font ressentir au fond de moi, de manière intuitive, comme une incohérence ou une gêne mais sur lesquelles je n'ai jamais pris le temps de me poser pour pousser plus loin mon analyse ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Parmi ces croyances, quelles sont celles sur lesquelles je décide aujourd'hui de pousser ma réflexion un peu plus pour éventuellement les remettre en question ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quelles sont les nouvelles sources d'informations sur lesquelles je voudrais me pencher pour éventuellement les intégrer à ma vie ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

« Ne va pas là où le chemin peut mener. Va là où il n'y a pas de chemin et laisse une trace. »

*Ralph Waldo Emerson*

---

Si je démarre ce livre par un chapitre qui t'invite à réfléchir par toi-même, c'est que je crois profondément que c'est la base fondamentale de la vraie réussite et de l'épanouissement personnel. Quels que soient les domaines dans lesquels tu évolues, décide de devenir un innovateur, quelqu'un qui crée le monde et le futur. Apprends les règles pour mieux réussir à les casser en n'oubliant jamais que l'innovation passe impérativement par la désobéissance intellectuelle.

Pour reprendre cette parole tellement vraie d'Idriss Aberkane, « Combien d'humains pensent, apprennent, agissent et vivent avec une crasse mentale chronique, sans même en être conscients, parce que cette crasse n'a d'odeur que pour l'homme averti ? » Ceci est une invitation : deviens un électron libre, un homme averti qui a décidé de se décrasser le cerveau ! Pars à la conquête de la compréhension de toi-même ainsi que de celle de notre monde et décide, en conscience, du rôle que tu dois y jouer. Et la conséquence logique lorsqu'on se met à réfléchir par soi-même, c'est d'assumer et de développer pleinement sa différence, son facteur X...

## Chapitre 2

---

### Assume et développe ta différence

« Ils se moquent de moi parce que je suis différent. Moi, je me moque d'eux parce qu'ils sont tous pareils... »

*Kurt Cobain*

Par une promenade matinale, le fils du fermier tombe, par hasard, sur un œuf tombé d'un arbre. En l'observant, il s'aperçoit qu'il est intact. Ne sachant pas trop quoi faire, il le prend délicatement et le rapporte à la ferme où il le place dans le poulailler. Et ce qui devait arriver arriva : une poule se mit à le couvrir.

Quelques jours plus tard, l'œuf éclot et un oisillon en sort ; un petit oiseau tout mignon mais très différent des autres. Mais la poule qui l'a couvé étant d'une nature sensible et gentille, elle le prend tel qu'il est et l'élève avec ses autres poussins. Notre petit aigle grandit ainsi dans cet environnement et apprend à être un poulet. Et ce n'était pas toujours facile, ses pattes, et notamment ses griffes sont différentes de celles de ses frères et sœurs et il éprouve de la difficulté à gratter la terre pour chercher des vers et des insectes. De même, son bec crochu l'empêche d'atteindre les minuscules trous dans le sol pour y attraper les vers de terre. Mais grâce à son intelligence et à beaucoup de volonté, il trouve toujours un moyen pour réussir à se nourrir correctement, en respectant toujours les normes établies. Mais malgré ça, il est quand même la cible de moqueries des autres poulets, notamment à cause de ses grandes ailes qui sont complètement démesurées par rapport aux leurs. Et bien sûr, vu qu'il est anormal pour un poulet d'avoir de si grandes ailes, il reçoit très régulièrement des autres poulets le conseil ne pas trop les ouvrir.



Il grandit donc comme ça, à la fois accepté mais aussi un peu rejeté par les membres de sa communauté qui, inconsciemment, voient probablement en lui une ombre à leur propre bonheur. Seule sa maman d'adoption, qui l'a élevé comme son propre fils, le prend tel qu'il est, sans le juger. Pour ne pas accentuer le rejet omniprésent qu'il subit de sa communauté, il se fait chaque jour le plus petit possible en faisant tout pour ne pas déranger ses congénères. Il espère ainsi conserver son statut précaire dans le poulailler. Durant toute son enfance, il apprend donc à se comporter comme une poule. Il apprend à piailler, à picorer, à faire des petits bonds en avant et à voler sur de très courtes distances. Avec le temps, il apprend à se fondre dans le groupe et devient "un bon poulet". Il comprend que s'il ne se fait pas remarquer et que tout se passe bien, il pourrait vivre toute sa vie sans trop de problème dans le poulailler avec son rôle de "poulet moyen".

Durant toute cette période, il garde le moral comme il peut et essaye d'être heureux ; mais au fond de lui, il sait qu'il ne l'est pas. Chaque jour qui passe, il sent sa personnalité profonde s'effacer un peu plus. Il annihile l'aigle qui vit en lui et, même s'il n'arrive pas à analyser et à mettre précisément des mots sur cette émotion, il ressent intuitivement au fond de lui une grande frustration à cause de cette situation.

Un jour, un magnifique oiseau apparaît dans les airs. C'était un aigle royal qui parcourait le ciel, au gré de ses désirs et des vents. Lorsqu'il voit le petit aigle l'observer depuis le poulailler, le rapace, surpris, vient le voir :

- Que fais-tu là toi ? Ne reste pas ici, il n'y a rien à tirer d'un tel environnement. Ouvre les yeux, déploie tes ailes et envole-toi !

Et puis, sans même attendre de réponse, l'aigle retourne dans le ciel.

À ce moment-là, notre petit aigle ressent une énergie particulière dans ses ailes qui se mettent à frémir et il dit au poulet qui se trouve à ses côtés :

- Whaou, qu'il est beau, que j'aimerais le rejoindre...

Mais le poulet hoche la tête.

- Ne sois pas bête, lui répond-t-il d'un ton condescendant, seul un aigle peut voler si haut.

Honteux de son désir, l'énergie soudaine qui est apparue en lui, disparaît aussitôt et il se remet à gratter la terre et à picorer son grain. Depuis ce jour,

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

jamais plus il ne s'autorisa à remettre en question ses croyances sur qui il est réellement au fond de lui et sur quelle est sa place dans ce monde.

C'est un peu triste, n'est-ce pas ?

Mais en fait, ça c'est la première fin possible. Je te dis ça, parce qu'il en existe une deuxième. Rembobinons un peu le fil de l'histoire.

Un jour, un magnifique oiseau apparaît dans les airs. C'était un aigle royal qui parcourait le ciel, au gré de ses désirs et des vents. Lorsqu'il voit le petit aigle l'observer depuis le poulailler, le rapace, surpris, vient le voir :

- Que fais-tu là toi ? Ne reste pas ici, il n'y a rien à tirer d'un tel environnement. Ouvre les yeux, déploie tes ailes et envole-toi !

Et puis, sans même attendre de réponse, l'aigle retourna dans le ciel.

À ce moment-là, notre petit aigle ressent une énergie particulière dans ses ailes qui se mettent à frémir et il dit au poulet qui se trouve à ses côtés :

- Whaou, qu'il est beau, que j'aimerais le rejoindre...

Mais le poulet hoche la tête.

- Ne soit pas bête, lui répond-t-il d'un ton condescendant, seul un aigle peut voler si haut.

Mais au lieu d'écouter le poulet, notre petit aigle fait confiance à son corps, à son instinct et à son intuition. Il laisse l'énergie en lui se déployer et ouvre grand ses ailes comme jamais il n'avait osé le faire par le passé ! Ses ailes sont belles et majestueuses et possèdent de beaux reflets bruns et dorés qui reflètent le soleil. Il jette un dernier regard vers sa maman adoptive, un regard plein d'amour et de gratitude, et il s'élance dans le ciel en battant ses ailes de toutes ses forces. Il découvre l'immensité du ciel et la vue exceptionnelle que reçoivent en privilège exclusif ceux qui dominent le ciel. Et ce qu'il voit aujourd'hui est, de très loin, beaucoup plus beau que tout ce qu'il a pu voir par le passé. Dans les jours qui suivent, il découvre peu à peu sa nouvelle vie. Parfaitement adaptés à la chasse et à la domination du ciel, il comprend que ses griffes, son bec et ses ailes qui, jadis, lui valaient les moqueries des autres poulets, sont en fait ses meilleurs atouts qui font de lui le maître incontesté du ciel.

Parfois, il arrive que les vents l'amènent à survoler le poulailler. En le voyant au loin, en tout petit, il ne peut s'empêcher de penser aux autres poulets qui s'étaient si souvent moqués de lui, mais il ne leur en veut pas. Il comprend et accepte que les poulets n'étant que de simples poulets, ils ne peuvent pas le comprendre. La seule chose qu'il regrette, c'était juste de ne pas s'être envolé plus tôt...

---

« Comme le dit une sagesse profonde, plus dans la vie tu essayes de rentrer dans le moule, plus tu ressembles à une tarte. »

*Idriss Aberkane*

---

Si tu as été attiré par le titre de ce livre, que tu as poursuivi ta lecture jusqu'ici et que tu n'aimes pas la vie dans laquelle tu es, alors il est fort possible que tu sois dans la position de cet aigle prisonnier de ses propres croyances et enfermé dans l'environnement d'un poulailler. Et, si c'est le cas, il n'y a alors que ces deux issues possibles. Toutefois, la bonne nouvelle c'est que le choix de l'épilogue est entre tes mains. Décideras-tu de rester jusqu'à la fin de tes jours dans ce poulailler en mode "poulet qui essaye d'être normal" ou réveilleras-tu enfin l'aigle qui sommeille en toi pour lui faire prendre son envol ?

Nous vivons dans un monde où la plupart des gens rejettent les différences et préfèrent -quoiqu'ils en disent- cacher les leurs pour ne montrer aux autres que leurs similitudes. Un monde étrange où visiblement peu de personnes s'épanouissent vraiment et vivent la vie dont ils rêvent, celle qu'ils méritent réellement. Pour ma part, je crois que la clef du succès et, plus important encore, de l'épanouissement personnel, c'est précisément de faire l'inverse ! Tu dois effacer tes similitudes pour n'offrir au monde que tes différences sur lesquelles tu dois travailler en permanence.

Tu dois prendre conscience qu'il n'y a aucun intérêt à ressembler à tout le monde et que, même si cela n'est pas tous les jours facile, être considéré comme un vilain petit canard est un privilège. Découvre quels sont tes forces, tes passions et tes talents, et assume-les ! C'est là que se trouve la clef de ta révélation personnelle.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

### **Ta différence est ta force**

Même s'il est vrai que l'éducation traditionnelle a tendance à essayer de nous faire rentrer dans un moule et à ressembler à tout le monde, toutes les personnes qui excellent réellement dans la vie sont des gens qui sortent du lot. Des personnes qui ne ressemblent pas aux autres et qui transgressent, pour la plupart, régulièrement les règles. Et si on prend le temps d'y réfléchir un peu, on s'aperçoit que la raison en est complètement logique et évidente. Pour exceller, il faut se rendre indispensable. Et pour se rendre indispensable, il faut impérativement être unique. En effet, comment ne pas se faire remplacer par d'autres si une multitude nous ressemble ? Il te faut donc ne plus avoir peur de qui tu es réellement et embrasser pleinement tes différences, ce facteur X qui te rend unique au monde et potentiellement très puissant. Ne deviens pas quelqu'un d'autre que ton "toi" réel. Car non seulement tu ne réussiras pas grand-chose en empruntant ce chemin, mais, pire que ça, l'énergie que tu dégageras sonnera faux et tu apparaitras comme ennuyeux voire repoussant aux yeux des gens.

L'un des meilleurs moyens de développer ta différence est de sortir de ta zone de confort, expérimenter de nouvelles choses et grandir. Tu dois décider d'apprendre et de te réinventer en permanence grâce à des sources nouvelles et inspirantes. En ce début du 21<sup>ème</sup> siècle, il existe de très nombreuses façons de découvrir, de se laisser inspirer et de grandir. Tu peux -par exemple- aller à des séminaires et/ou des conférences, te connecter à telle ou telle communauté avec qui tu aimerais partager ou encore visionner des reportages sur les thèmes qui t'intéressent sur YouTube. Deviens un "Learning junkie", quelqu'un qui tombe accro à la croissance et à l'apprentissage. Plonge-toi dans les sujets qui te passionnent pour les découvrir et les comprendre de fond en comble. Développe ta créativité. Apprends à constamment voir les choses différemment et à penser en dehors de la boîte. Choisis les directions vers lesquelles tu veux axer ta vie et fais évoluer ton modèle de toi-même. Monte en gamme en bâtissant la version 2.0 de toi-même, puis la 3.0 et ainsi de suite... Bref, deviens toi !

Pour beaucoup, le désir de perfection peut empêcher de passer à l'action. Sors de ce piège et réalise que tous les gens qui produisent des résultats et impactent le monde font une quantité colossale d'erreurs. N'aie pas peur d'être comme eux ! Passe à l'action. Lance des projets et apprends sur le chemin en améliorant les choses au fur et à mesure. Ne crains pas l'imperfection, mais fais-en au contraire un atout. Comprends que le meilleur moyen d'améliorer les choses est

d'apprendre de tes erreurs et de mettre ces nouvelles connaissances en application.

Détache-toi du troupeau et sors de cette façon de penser malheureusement trop commune à une immense majorité de personnes. Décide de qui tu es intrinsèquement. Décide de ce que tu veux accomplir avec ta vie et de qui tu veux devenir. Écoute ton cœur et passe à l'action en élaborant les projets qui te tiennent vraiment à cœur. N'écoute pas la masse immense de tous ces spectateurs qui te critiqueront et t'expliqueront pourquoi tu ne dois pas être différent, ne rien faire d'innovant et rentrer dans le moule. Un moule dans lequel ils passeront leur vie entière ; une vie endormie et souvent vide de sens. Ne pas vouloir devenir comme eux doit être l'une de tes motivations premières.

---

**L'incroyable personnalité de Grigori Perelman :** Né en 1966 à Leningrad, Grigori Iakovlevitch Perelman est un mathématicien de génie comme l'humanité n'en donne naissance qu'une seule fois par siècle. D'une personnalité discrète au regard évasif, Grigori Perelman fut un enfant précoce et solitaire qui refusait presque toutes les règles et les conventions. Après un parcours scolaire puis universitaire brillantissime, il entre comme doctorant à l'institut de mathématiques Steklov et y soutient sa thèse. Plus tard, en 1995, malgré un début de carrière brillant qui lui ouvre de multiples opportunités, il retourne à Saint-Petersbourg où il disparaît quasi complètement du milieu académique et scientifique pendant près de sept ans. Pendant cette période, il se plonge en secret et en solitaire dans "le flot de Ricci"<sup>8</sup> et réapparaît en novembre 2002 en publiant une série d'articles sur le site arxiv.org. Il y démontre la conjecture de Poincaré, énigme mathématique qualifiée comme l'un des sept problèmes du millénaire par l'institut de mathématiques Clay<sup>9</sup>. Récompensé par ses pairs par la prestigieuse "médaille Fields" -l'équivalent du prix Nobel des mathématiques-, il la refuse et annonce qu'il ne viendra pas à la cérémonie. Idem pour le "prix du millénaire" décerné par l'institut Clay et le million de dollars qui l'accompagne. Suite à sa découverte, il disparaît une seconde fois de la circulation.

Alors que beaucoup rêvaient de l'interviewer, deux journalistes ont réussi à retrouver sa trace. Il vivait reclus avec sa Maman âgée dans un petit appartement sans confort d'un quartier populaire de Saint-Petersbourg. Alors que les deux journalistes frappent à la porte pour lui demander une interview, il refuse d'ouvrir et leur demande de partir. C'est alors, à travers la porte fermée, que les deux journalistes réussissent à lui poser deux questions lors d'une conversation surréaliste. Quand ils lui demandèrent pourquoi il refusait la médaille Fields, le

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

mathématicien leur répondit simplement : « Cela n'avait aucun intérêt pour moi. Tout le monde a compris que la démonstration était correcte et je n'ai besoin d'aucune autre reconnaissance ». Alors que les deux journalistes lui demandaient pourquoi il n'acceptait pas, au moins, le million de dollars de l'institut Clay, le mathématicien leur aurait répondu : « J'ai compris comment fonctionne l'Univers, que voulez-vous que je fasse de votre million de dollars ? »...

En dessous des nombreuses vidéos YouTube qui racontent son histoire, on ne compte plus les commentaires débiles expliquant que s'il était vraiment "si intelligent que ça", il aurait accepté le million de dollars<sup>10</sup>. Est-il si difficile pour un "normo-pensant" de comprendre que c'est parce qu'il pense et raisonne différemment que Grigori Perelman a réussi à résoudre l'une des plus grandes énigmes mathématiques du millénaire ?<sup>11</sup>

---

### **Libère-toi de la peur du regard des autres**

Développer ta différence passera inévitablement par t'évincer de la peur du regard et du jugement des autres. Il te faut impérativement devenir hermétique aux énergies négatives de cette masse qui tente inconsciemment de te tirer vers le bas et d'anéantir ton potentiel. Et ce n'est parfois pas si simple, car l'une des plus grandes forces qui dirigent l'humanité, c'est la peur du regard de l'autre. Cette peur d'être jugé par des gens que, pour la plupart d'entre eux, tu ne connais d'ailleurs même pas. La raison fondamentale de cette peur est le manque de confiance en soi. Un manque de confiance en soi qui, dès qu'il s'agit de sortir d'un millimètre de sa zone de confort, touche la quasi-totalité de l'humanité.

Un exemple qui arrive quotidiennement à quasiment tout le monde se produit lorsqu'une personne rencontre une autre personne pour la première fois. Inconsciemment, elle se demande ce que cette personne va penser d'elle et, du coup, ajuste son comportement -très souvent de manière artificielle- afin de donner une bonne impression. Mais la chose la plus troublante dans cette histoire, c'est qu'une immense majorité des gens doute tellement d'eux-mêmes qu'ils en oublient que pour la personne en face, c'est exactement la même chose. Est-ce que cela te rappelle quelqu'un ?

« Si tu doutes de toi, devine quoi ? Le reste du monde aussi. Alors ne surestime pas la concurrence et, surtout, ne te sous-estime pas. »

*Tim Ferriss*

---

À partir d'aujourd'hui, arrête donc de te prendre la tête sur ce que les autres pourraient penser de toi et réalise surtout que la plupart d'entre eux se fichent complètement de ton sort. En témoigne d'ailleurs le nombre de personnes qui se déplaceront à ton enterrement. À ce propos, t'es-tu déjà demandé quelle est la proportion, parmi tous les gens que tu as croisés durant ta vie entière (pour une personne lambda, c'est au grand minimum 100 000)<sup>12</sup>, qui viendrait à ce jour si spécial pour toi ?

La réponse est aussi simple que, pour certains, difficile à entendre : un pourcentage infime, de l'ordre de moins de 0,1%. Et encore, ce "score", c'est seulement si tu fais partie des personnes les plus populaires, car pour l'immense majorité des gens ce sera plutôt de l'ordre de moins de 0,01%. Et si tu veux vraiment savoir la vérité absolue, s'il pleut ce jour-là, les statistiques montrent que 30% des personnes qui avait initialement prévu de venir te dire au revoir ne viendront finalement pas. Oui, tu as bien lu : pour presque 1 personne sur 3 de cette infime partie des gens qui se déplaceraient à ton enterrement, ne pas mouiller son imperméable est plus important que de te dire adieu...

Je suis désolé si je te fais de la peine, mais c'est la réalité. Ta réalité, celle qui adviendra quand tu vas mourir ! Alors, je te le redis encore une fois : arrête de te prendre la tête sur ce que "les gens" peuvent penser de toi ! Réveille-toi, éveille-toi et deviens qui tu dois devenir. Surprends le monde par ta manière unique de penser les choses ainsi que les accomplissements hors normes et inattendus que tu vas provoquer. Choque tes amis par ton évolution personnelle. Et si cela les perturbe au point qu'ils te jalouent, te critiquent, te laissent tomber et/ou ne veulent plus faire partie de tes amis, alors prends-le comme une bonne nouvelle : cela signifie simplement qu'ils ne l'étaient pas réellement et que c'est une bonne chose qu'ils ne fassent plus partie de ton entourage intime. Tu économises ainsi une future désillusion ainsi que du temps et de l'énergie. Des ressources précieuses que tu pourras injecter dans tes projets ainsi qu'avec les

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

futures personnes que tu rencontreras et avec lesquelles ça matchera davantage.

Alors à partir d'aujourd'hui, ne te soucie plus de ce que les gens peuvent penser de toi, spécialement lors de ta première rencontre avec eux. Sois tout simplement toi en restant toutefois conscient que la personne en face possède elle aussi un manque de confiance en elle. Comme je l'ai déjà évoqué précédemment, elle s'inquiète probablement de ce que tu vas penser d'elle. Laisse cette nouvelle relation potentielle démarrer sur une base vide de toute attitude artificielle et garde en tête que si ça ne matche pas entre vous alors que tu es toi-même, c'est qu'il s'agit d'une relation qui n'a pas d'intérêt à être. Prends-le comme un cadeau, car du coup, tu gagnes du temps. Comprends aussi que si cette personne te juge -et ce d'ailleurs quel que ce soit son jugement, en positif ou en négatif-, c'est son problème et non le tien. Arrête aussi de croire que les autres ont raison pour toi et décide de prendre confiance en toi. Une confiance en toi que tu vas renforcer jour après jour et sur laquelle tu vas construire ta différence.

Maintenant, je sais que pour beaucoup cela peut être difficile. Une majorité de personnes en manque de confiance en elles sont bercées depuis l'enfance dans un environnement social toxique. Une atmosphère où, biberonnées par un besoin de sécurité omniprésent, on leur a toujours expliqué qu'elles ne valent rien et qu'il faut qu'elles restent à leur place. Aussi, je peux comprendre que pour elles, réussir à se libérer du regard des autres peut être quelque chose de compliqué. La bonne nouvelle, c'est qu'il s'agit d'un muscle, et comme tous les muscles il peut soit s'immobiliser et s'atrophier, soit s'entraîner et se développer. En clair, cela signifie que plus tu t'émancipes de ce que pensent les autres, plus tu développes une capacité à le faire. En comprenant cela, il te suffit juste de lancer et de soutenir une dynamique qui va dans ce sens.

Pour développer ton muscle du "je me fous complètement de ce que les autres peuvent penser de moi", j'aimerais te partager un outil simple mais terriblement efficace que l'écrivain Laurent Gounelle partage dans son magnifique livre "[Dieu voyage toujours incognito](#)". Va à la boulangerie, idéalement le dimanche vers 11h le matin, durant ce moment très particulier où tout le monde vient acheter son pain en même temps et où la queue se prolonge jusque dans la rue. Arrivé à ton tour, demande simplement une baguette. Puis, lorsque la boulangère te la donne, change d'avis pour prendre finalement un pain. Ensuite, change de nouveau d'avis pour en fait prendre une baguette pour finalement, lorsqu'elle te la donne dire qu'en fait tu vas en prendre deux (tu peux aussi faire une variante un peu plus compliquée à assumer en disant que tu es désolé mais que finalement tu ne prends rien car tu as oublié ton porte-monnaie). Fais-le bien sûr



avec respect, sans te moquer de la boulangère et en ayant vraiment l'air indécis. Il s'agit d'un jeu d'acteur dont l'unique objectif ici est de t'apprendre à sortir de ta zone de confort et à rester imperturbable face aux réactions des uns et des autres. Que ce soient les rires un peu moqueurs ou les remarques d'agacement et d'impatience de la boulangère ou des autres clients derrière toi, tu dois apprendre à en devenir hermétique. Tu dois comprendre que ces réactions ne sont que la retranscription dans le monde physique de leurs états d'esprit et de leurs croyances personnelles et que par conséquent cela ne te concerne pas. Au début, l'exercice de la boulangerie te paraîtra peut-être complètement insurmontable, mais tu t'apercevras qu'au final, non seulement tu en ressorts vivant mais tu réaliseras surtout que les réactions des autres ne peuvent avoir sur toi que l'impact que tu leur laisses te donner.

L'idée, à terme, c'est d'arriver à inverser ton processus de fonctionnement interne. C'est d'arriver, lorsque tu es gêné de demander quelque chose ou de changer d'avis, à passer du "je n'ose pas, donc je ne fais pas" à "c'est précisément parce que je n'ose pas que je dois le faire" ! C'est de transformer ta peur en pouvoir en l'interprétant comme un signal qui te dit que c'est justement parce que tu n'oses pas que tu vas le faire !

Dans cette même démarche de sortir de sa zone de confort, j'adhère complètement à l'idée que dans la vie, il vaut mieux généralement demander pardon que la permission. Un concept que Tim Ferriss développe d'ailleurs particulièrement bien dans son livre "[La semaine de 4 heures](#)".

En substance, Tim explique qu'il est préférable de demander pardon plutôt que la permission pour plusieurs raisons. D'une part parce que c'est plus facile d'obtenir l'approbation de quelqu'un lorsque l'on est déjà dans l'action. Et d'autre part, parce que si beaucoup n'osent pas demander par peur de la réaction de l'autre, l'inverse est aussi vrai. D'une manière générale, une personne qui te voit être quelque part où tu n'as pas à être, en train de faire quelque chose qu'elle t'aurait initialement refusé de faire, sera bien souvent beaucoup plus gênée de te l'interdire si ta démarche est déjà enclenchée.

Maintenant, il est bien sûr évident que le principe du "demander pardon plutôt que la permission" ne s'adapte pas à toutes les situations et qu'il te faut l'appliquer avec intelligence. Mais l'idée derrière cette démarche, c'est qu'il ne faut pas que tu aies peur de penser en dehors de la boîte et d'être un fauteur de trouble (tant que, bien sûr, tu ne fais de mal à personne et/ou que tu ne détruis rien). N'aie pas peur d'aller là où tu n'es pas autorisé à aller pour, par exemple, aller à la rencontre des personnes avec qui tu aimerais parler. Ne demande pas la permission pour entreprendre les projets qui te tiennent à cœur. N'aie pas

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

peur de dépasser voire de briser les conventions sociales pour essayer de nouvelles choses. Au pire, si on te reproche quelque chose ou que tu te retrouves dans une situation un peu embarrassante, tu prends un air penaud et tu demandes pardon... ;-)

En agissant ainsi, tu te prendras évidemment plein de remarques et de critiques de beaucoup de gens. Mais ce qui est certain c'est qu'en te libérant ainsi du regard et du jugement des autres, tu te lanceras dans plus de situations, tu tenteras plus de choses et tu obtiendras en conséquence plus d'expériences, plus de contacts et plus de résultats. Tu rencontreras des gens nouveaux qui te permettront de faire évoluer ton état d'esprit et ton environnement, les deux piliers majeurs de ta réussite.

---

« Il faut donc choisir de deux choses l'une : ou souffrir pour se développer, ou ne pas se développer pour ne pas souffrir. Voilà l'alternative de la vie, voilà le dilemme de la condition terrestre. »

*Théodore Jouffroy*

---

### **Connais-toi toi-même et focalise sur tes forces**

Mais peut-être que la conséquence la plus importante du fait que tu sortes ainsi de ta zone de confort sera que tu apprendras à mieux te connaître. Connais-toi toi-même ! Bien que cette injonction de Socrate date de plus de 2400 ans, elle se révèle être, dans notre monde qui s'est depuis ultra complexifié, plus que jamais d'actualité. C'est en cherchant en lui-même que l'Homme peut apprendre à se connaître, étape indispensable pour accéder à l'épanouissement personnel et la sagesse.

Développer pleinement son potentiel et sa différence passe invariablement par une introspection personnelle. Par accéder à une meilleure compréhension de soi-même pour développer les outils intérieurs afin de construire la vie qui correspond à ce que l'on mérite réellement. Tout le monde aimerait réussir et vivre la vie qu'il désire. Et pourtant, il s'avère paradoxalement que seule une infime partie de la population mondiale ne prend le temps de faire ne serait-ce

qu'une seule fois durant son existence cette étape indispensable : investiguer sa propre personne !

Et si tu décidais de ne pas être comme cette majorité et d'apprendre chaque jour qui passe à mieux te connaître et à assumer qui tu es ? De prendre le temps d'analyser et de comprendre ton "code source", les éléments clefs du logiciel qui te fait fonctionner et être la personne que tu es. Et que dirais-tu si je te proposais de commencer ton investigation personnelle dès aujourd'hui ?

---

« Connais-toi toi-même ! »

*Socrate*

---

Isole-toi dans un endroit calme, éteins ton téléphone et prends-toi maintenant un moment avec toi-même. Un moment dont l'objectif est d'identifier qui tu es réellement. En faisant cet exercice à la fois personnel et très intime, tu vas t'offrir une forme nouvelle de compréhension et de reconnexion. Tu vas identifier les contours sur lesquels tu vas pouvoir poser les bases de ta vie pour, idéalement, en comprendre le sens que tu veux lui donner grâce à ton unicité et ta différence. Personne d'autre que toi ne lira ces lignes et ne te jugera. Alors, peut-être pour la première fois de ta vie, sois vrai et sincère envers toi-même dans ta réflexion et dans ce que tu vas écrire. Décide de répondre aux questions avec ta tête mais aussi et avant tout avec ton cœur et tout ton être !

Alors, es-tu prêt à relever le défi de ton auto-introspection ? Prends un stylo, c'est parti !

Pour commencer, j'inscris la date d'aujourd'hui (pour me permettre d'évaluer les évolutions de ma vie lors des relectures ultérieures, d'ici quelques mois/années).

Aujourd'hui, nous sommes le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 20\_\_\_\_.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Actuellement, dans quel est état émotionnel suis-je réellement ?

- À ce moment précis ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

- Dans ma vie en ce moment ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Quels sont les troubles majeurs que j'ai vécus, notamment lorsque j'étais enfant ? Quels impacts -positifs et négatifs- ont-ils laissé sur moi ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Comment je gère aujourd’hui ces cicatrices ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Suis-je plutôt quelqu’un d’impulsif ou de réfléchi ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Suis-je plutôt quelqu'un de passionné ou de pragmatique ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

Suis-je plutôt quelqu'un d'introverti ou d'extraverti ? (Sachant que les plus grands extravertis sont très souvent, à la base, les plus gros introvertis...) Dans quelles circonstances ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

Suis-je plutôt quelqu'un d'intimidant ou de facilement intimidé ? Dans quelles circonstances ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

Avec l'argent, suis-je plutôt quelqu'un d'économe ou de dépensier ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

Suis-je plutôt quelqu'un d'attiré par la sécurité ou par la liberté ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

Qu'en est-il de mon ego ? En ai-je beaucoup trop ou au contraire pas assez ? Comment se retranscrit-il dans ma vie ? Est-ce que j'arrive à le dominer ? Est-ce que j'arrive à l'utiliser de manière constructive et à le mettre au service d'un projet et des autres ou bien est-ce qu'au contraire je mets mes projets et les autres au service exclusif de mon ego ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Suis-je vraiment certain des réponses que je viens d'inscrire à la question précédente ? Ou était-ce mon ego qui parlait... ?

---

---

Ai-je confiance en moi ?

Oui

Non

Quel est mon "vrai-self", cette personne que je suis réellement ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Est-ce que l'image de moi que j'offre au monde correspond à mon "vrai self" ?

Oui

Non

Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---



Et si non, quels sont mes principaux “faux-self” ces illusions de moi que je présente au monde ? À qui et dans quelles circonstances est-ce que je montre ces faux visages de moi-même ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Dans la vie, suis-je plutôt un dominant, un dominé, un autonome ou alors un souffre-douleur ?<sup>13</sup>

- Dominant
- Dominé
- Autonome
- Souffre-douleur

Actuellement dans ma vie, quel est l'état de ma relation affective ?

1 – Je vis une relation exceptionnelle pleine d'amour et de passion !

2 – Je vis une relation avec beaucoup d'amour mais peu ou pas de passion.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

3 – Je vis une relation avec très peu d'amour et peu ou pas de passion.

4 – Je vis une relation catastrophique et je planifie ma sortie.

5 – Je ne suis pas dans une relation, mais j'aimerais bien rencontrer quelqu'un.

6 – Je ne suis pas dans une relation et je n'en veux surtout pas !

Quels sont les impacts positifs et/ou négatifs de ma situation affective actuelle sur ma vie ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Qu'est-ce que je crains le plus ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

À qui/à quoi est-ce que je tiens le plus ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quelles sont mes croyances :

- sur moi-même ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- sur l'argent ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- sur l'amour ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- sur la vie ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- sur la mort ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- sur Dieu (la Source, l'Univers, le Tout ou quel que soit le nom que je lui donne) ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quels sont les impacts -positifs, neutres ou négatifs- que ces croyances ont sur ma vie ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

D'une manière générale, suis-je plutôt principalement drivé par :

- Le pouvoir
- Le sexe
- L'argent
- L'amour

Quelles sont mes addictions ? Sont-elles toxiques ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Dans la vie, suis-je plutôt :

- Un simple spectateur qui essaye juste de survivre tout au long des années ?
- Un épicurien qui veut la croquer à pleine dents ?
- Habité par une mission qui me prend aux tripes et qui dirige quotidiennement mon existence ?

Suis-je heureux ? 😊

- Oui  Non

Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

Qui suis-je réellement ? Quelle est mon identité profonde ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Qu'est-ce que j'aime le plus dans la personne que je suis ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

---

---

---

Qu'est-ce que je déteste le plus dans la personne que je suis ? Pourquoi ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quel est mon facteur X, cette plus-value principale et unique que moi seul peut apporter au monde ?

---

---

---

---

---

---

---

Quelles conclusions puis-je tirer de cette introspection personnelle ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



« Que ce soit à titre individuel ou collectif, le vrai changement ne peut pas se produire sans s'adresser au niveau le plus profond cette question fondamentale : "Qui suis-je ?" »

*Eckhart Tolle*

---

### **Les intelligences multiples**

Après cette introspection, on va maintenant tenter d'aller encore plus loin en identifiant tes formes d'intelligences principales. Exposée pour la première fois par Howard Gardner en 1983, la théorie des intelligences multiples suggère qu'il existe différents types d'intelligence. Chacun d'entre nous étant plus ou moins intelligent sous chacune de ces formes d'intelligences. Il en a défini 8 ainsi qu'une 9<sup>ème</sup>, l'intelligence existentielle, qu'il ne considère pas comme une intelligence en soi, mais que de nombreuses personnes qui ont repris ses travaux par la suite voient comme telle. Les voici :

- L'intelligence logico-mathématique

Les personnes dotées d'une intelligence logico-mathématique développée possèdent la capacité de calculer, de mesurer, de faire preuve de logique et de résoudre des problèmes mathématiques et scientifiques. Ces personnes ont tendance à catégoriser les choses, que ce soient des objets, des concepts ou des personnes. Elles aiment les chiffres et savent généralement analyser les causes et les conséquences d'un phénomène ou d'une action et sont capables d'en expliquer le pourquoi.

Les personnes qui développent ce type d'intelligence adorent les jeux de stratégie et/ou de déduction genre échec, jeu de go, puzzle, casse-têtes. Toutes les personnes qui ont embrassé des carrières scientifiques ont évidemment un développement de l'intelligence logico-mathématique très avancé.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- L'intelligence verbo-linguistique

L'intelligence verbo-linguistique est cette capacité à manier facilement les mots et à exprimer des idées complexes. On la retrouve évidemment très souvent chez les personnes qui manipulent le langage -à l'oral ou à l'écrit- tels que les écrivains, les interprètes, les politiques, les avocats ou encore les commerciaux.

Avec l'intelligence logico-mathématique, elle est celle qui est la plus enseignée et mise en avant à l'école. Et tout comme elle, elle se mesure à l'aide de test de QI.

- L'intelligence spatiale

L'intelligence spatiale permet de développer mentalement une représentation spatiale du monde et des choses. Elle est notamment très développée chez les Amérindiens qui, pour voyager en forêt, utilisent une représentation mentale de celle-ci. Grâce à de nombreux points de repère tels que des cours d'eau, des lacs, des types de végétation ou des montagnes, ils visualisent et mettent en perspective une carte mentale précise qui leur permet de se déplacer.

L'utilisation de cette intelligence est exigée par tous les types d'activité qui demandent une forme de création dans le domaine visio-spatial. Les géographes, les peintres, les dessinateurs de mode, les photographes, les caméramen, les architectes, les dessinateurs industriels, les pilotes d'hélicoptères ou encore les adeptes de courses d'orientations se doivent de posséder une certaine aisance de ce potentiel intellectuel.

- L'intelligence intra-personnelle

L'intelligence intra-personnelle, c'est l'introspection, la psychologie analytique et la connaissance de soi. Il s'agit de sa capacité à décrypter ses propres émotions, à rester ouvert à ses besoins et à ses désirs. Cette forme d'intelligence permet de se former une représentation de soi qui peut être utilisée pour mieux gérer sa vie.

Les personnes qui développent ce type d'intelligence peuvent parfois -mais pas systématiquement- apparaître aux yeux de leur entourage comme introverties ou égocentriques.

- L'intelligence interpersonnelle

Cette forme d'intelligence particulière apporte une empathie qui permet une vraie compréhension de l'autre. Aussi appelée "Quotient Émotionnel", l'intelligence interpersonnelle permet donc à une personne qui la possède d'agir et de réagir avec les autres de façon correcte et adaptée. Elle permet de saisir les différents caractères, les nuances de tempérament, les relations entre deux personnes. Cette intelligence permet de résoudre des problèmes liés à nos relations avec les autres. Elle nous permet de les comprendre et de développer des solutions efficaces pour les aider. Les personnalités charismatiques ont toutes une intelligence interpersonnelle très élevée. Souvent, on retrouve ce type d'intelligence chez les enseignants, les commerçants, les managers d'équipe, les politiciens ou encore les guides spirituels.

Les individus qui possèdent à la fois l'intelligence interpersonnelle et l'intelligence verbo-linguistique deviennent très souvent des experts en manipulation humaine. Et, selon le type de personne, pour le meilleur ou pour le pire...

- L'intelligence corporelle kinesthésique

Particulièrement utilisée par les sportifs de haut niveau ou de nombreuses professions telles que les danseurs, les artisans ou encore les chirurgiens, l'intelligence corporelle kinesthésique est la capacité d'utiliser son corps pour exprimer une idée, un sentiment ou réaliser une activité physique donnée. À un joueur de basket, elle permet par exemple de calculer la hauteur, la force et l'effet du lancer au panier. Le cerveau anticipe le point d'arrivée du ballon et met en branle une série de mouvements pour résoudre le problème.

La présence d'un potentiel intellectuel à ce niveau est incontestablement démontrée par les possibilités de création et d'expression de ses émotions par le corps

- L'intelligence musicale et rythmique

Aussi dénommée comme "avoir une bonne oreille", l'intelligence musicale est l'aptitude à penser en rythmes et en mélodies. Elle permet de reconnaître des modèles musicaux, de les interpréter et d'en créer de nouveaux.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Sans surprise, c'est parmi les musiciens de toutes les époques que l'on trouve le plus grand nombre d'individus ayant développé cette forme d'intelligence.

- L'intelligence naturaliste-écologique

Très sollicitée chez les zoologistes, les botanistes ou même les archéologues, l'intelligence naturaliste-écologique offre une sensibilité particulière dans le rapport au vivant et permet de comprendre l'environnement dans lequel l'Homme évolue. Elle développe la capacité à aimer et à reconnaître la faune, la flore et le monde minéral. Les personnes pourvues d'une forte intelligence naturaliste-écologique perçoivent généralement les plantes et les animaux comme des êtres à part entière pour lesquels ils éprouvent un profond respect.

Les personnes qui développent cette sorte d'intelligence développent aussi généralement un niveau de conscience beaucoup plus élevé.

- L'intelligence existentielle

Aussi appelée "intelligence spirituelle", l'intelligence existentielle est définie par son aptitude à se questionner sur l'origine et le sens des choses. Une personne qui cultive cette intelligence spirituelle s'intéresse généralement à des disciplines profondes telles que les sciences, la philosophie ou la mathématique. Elle aura très souvent une attirance prononcée pour l'infiniment grand et/ou l'infiniment petit. Elle voit sa vie comme ayant un sens, une mission qu'elle se doit de chercher, de découvrir et d'accomplir. Elle ressent le monde comme un tout où chaque être et chaque chose sont interconnectés dans le temps et dans l'espace.

Parmi les personnes qui développent le plus cette intelligence, on retrouve celles aux niveaux de conscience les plus élevés.

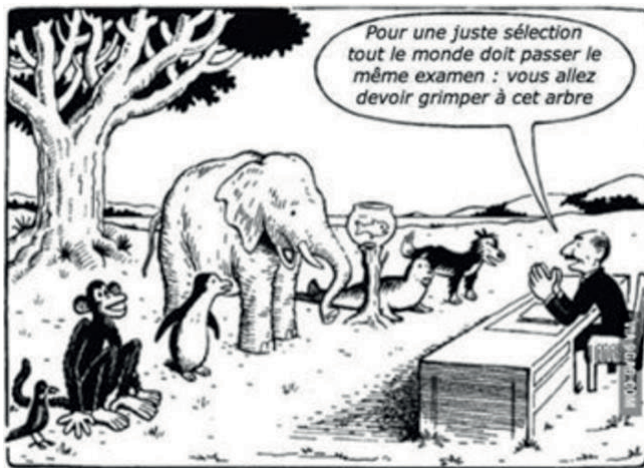
Voici donc les 9 formes d'intelligence proposées par Howard Gardner, auxquelles j'en rajouterai personnellement une 10<sup>ème</sup> :

- L'intelligence financière

L'intelligence financière est cette capacité à comprendre, à gérer et à faire de l'argent. Elle est notamment développée par ces personnes qui n'ont aucune

croissance limitative par rapport à l'argent et ont intégré dans leurs vies et leurs affaires les notions d'actifs et de passifs, de gestion et d'investissements, de court et de long terme.

Même si elles ne sont pas toutes valorisées au même niveau ni même parfois reconnues par nos sociétés, toutes ces variétés d'intelligences apparaissent néanmoins comme bien réelles. Et chacune d'entre elles possède une utilité particulière en fonction des disciplines, des projets et des situations rencontrées. À la lueur de cette analyse, il paraît donc inapproprié de juger un individu, notamment un enfant, uniquement sur sa capacité à ne pas réussir à se développer dans tel ou tel domaine. Il peut en effet être très mauvais dans une spécialité et devenir un génie dans une autre. Pourtant, nos systèmes scolaires traditionnels semblent avoir développé depuis toujours cette capacité à dévaloriser certaines disciplines -pourtant essentielles- et à éteindre ainsi la plupart de nos enfants.



## **Notre système éducatif**

Nous possédons tous un peu de chacune de ces différentes intelligences. Pour des raisons innées -ce que certains appellent le talent- ou d'autres liées à notre environnement et/ou à notre travail, il apparaît que chacun d'entre nous est différent et développe certaines structures d'intelligence plus que d'autres.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Et toi, parmi ces dix formes d'intelligences, lesquelles sont celles que tu développes le plus ? Si tu devais te donner une note de 1 à 10 pour chacune de ces formes d'intelligence, quelles seraient-elles ? (1 signifie qu'elle n'est quasiment pas présente en toi, et 10, qu'elle fait clairement partie de tes forces principales)

Ton intelligence verbo-linguistique : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence logico-mathématique : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence spatiale : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence intra-personnelle : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence interpersonnelle : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence corporelle kinesthésique : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence musicale et rythmique : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence naturaliste-écologique : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence existentielle : \_\_\_\_\_ / 10

Ton intelligence financière : \_\_\_\_\_ / 10

### **Surdoués versus Normo-pensants**

Puisque l'on parle d'intelligence, il faut savoir que chez l'Homo sapiens elle n'est pas distribuée équitablement. Comme pour la beauté physique, certaines personnes sont beaucoup plus favorisées que d'autres. On les appelle les

“surdoués”. Dans l’imaginaire collectif, un surdoué est une personne très intelligente qui réussit tout ce qu’elle entreprend. En réalité, c’est rarement le cas pour une raison simple : en plus d’être plus intelligent, le surdoué a un mode de fonctionnement et de compréhension des choses décalé qui souvent le marginalise. Mais surtout, en plus d’une intelligence très développée, le surdoué possède surtout une sensibilité physique et émotionnelle réellement amplifiée. Cette sensibilité le place en première position face à une souffrance qu’il reçoit, de par sa différence, de manière massive et qu’il n’arrive que très rarement à gérer. Dans la plupart des cas, les deux émotions clefs qu’un surdoué ressent sont la différence et la solitude. Une différence née d’une perception divergente des choses, des personnes, des événements et du monde. Une solitude née de cette différence et qui la plupart du temps est amplifiée par une impossibilité à l’expliquer et à communiquer dessus. Deux émotions puissantes qui sont souvent, pour la plupart d’entre eux, un fardeau très lourd à porter.

Enfin, pour compliquer la donne, la quasi-totalité des surdoués ne savent même pas qu’ils le sont, et, surtout, ne s’imaginent même pas une seule seconde qu’ils puissent l’être. Avec cette lecture des choses, il n’est ainsi pas étonnant de constater que le taux de suicide chez les surdoués soit nettement plus élevé que la moyenne. D’autant plus que lorsqu’un surdoué intègre une ou plusieurs autres particularités sujettes à discriminations -homosexualité, couleur de peau, handicap...etc.-, elles se mélangent et en amplifient son mal-être. Dans ces conditions, il est plutôt logique, même si cela peut paraître paradoxal, que la plupart des surdoués -ceux dont le QI dépasse les 130 et qui représentent environ 2 à 2,5% de la population- feroient leur vie en passant à côté de leur potentiel.

---

« L’ennui dans ce monde, c’est que les idiots sont sûrs d’eux et les gens censés pleins de doutes. »

*Bertrand Russell*

---

Lorsque l’on se ressent vraiment différent, seul et rejeté, il arrive souvent que c’est parce que l’on est surdoué. Découvrir si c’est le cas est donc la première étape indispensable à une meilleure gestion de ses émotions et de ses relations. L’un des premiers indicateurs pourrait être celui-ci : si depuis des années tu te

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

sens seul et incompris dans ce monde que tu trouves incohérent, il n'est alors pas impossible que tu en fasses partie.

Il existe aussi une multitude d'autres indicateurs qui ne trompent pas. En voici quelques-uns :

- Tu veux changer le monde.
- Alors que ton QI est supérieur à 98% de la population, tu te trouves pourtant nul, voire inutile.
- Tu te satures constamment d'informations intellectuelles, émotionnelles et sensorielles à tel point que tu frôles en permanence le disjonctage.
- Tu possèdes une sensibilité émotionnelle accrue.
- Tu es beaucoup plus sensible aux bruits, à la lumière et aux odeurs que la plupart des gens.
- Tu te poses une multitude de questions auxquelles il n'existe pas de réponses connues et tu t'intéresses à des sujets tels que l'infiniment grand, la physique quantique, la mathématique, la philosophie...
- Tu possèdes un humour tellement subtil qu'il n'y a que toi qui le comprends.
- Tu ne comprends pas l'hypocrisie sociale.
- Tu es un peu misanthrope et, paradoxalement, tu veux sauver le monde.
- À l'école, en fonction de la matière et du prof qui l'enseignait, tu étais soit premier de la classe... soit dernier. D'ailleurs, soit tu as très brillamment réussi tes études supérieures en sortant dans les premières places de ta promo, soit tu t'es au contraire fait éjecter très tôt de ce système éducatif qui n'était pas adapté à ton profil.
- Ton bureau -que ce soit celui de ta chambre ou de ton ordinateur- est soit ultra bien organisé à l'extrême, soit un bordel hors normes mais où tu sais précisément où et pourquoi se trouve chaque chose.
- Tu es un preneur de notes compulsif.
- Tu as une très forte addiction incontrôlée à l'apprentissage permanent de nouvelles connaissances/compétences.
- Quel que soit le sujet, comprendre le pourquoi du comment est une obsession chez toi.
- Tu ne supportes pas les gens mous, que ce soit physiquement ou intellectuellement.
- Tu te satures en permanence de nouvelles informations sur tous les sujets qui te passionnent.
- Lorsque tu démarres un projet, cela en fait naître plusieurs autres de telle sorte que tu en mènes souvent une multitude de front.



- Alors que tu étais convaincu(e) d'avoir tout raté, tu as, en fait, brillamment réussi.
- Tu as souvent l'impression de venir d'une autre planète.
- Tu es toujours en train de lire un truc.
- Tu ne supportes pas la routine.
- Tu penses que la vie, c'est tout ou rien !
- Consciemment ou pas, tu recherches en permanence d'autres surdoués.
- Tu possèdes un côté sapiosexuel assez prononcé<sup>14</sup>.
- Pour toi chaque mot a un sens et tu es hyper précis lors de leur utilisation. Tu ne supportes pas les approximations.
- Derrière une question très simple, tu cherches le piège. Tu te dis que cela ne peut pas être aussi simple alors que pourtant... si.
- Pour toi, être perfectionniste, c'est normal !
- Les gens te trouvent trop curieux / sensible / intelligent / rapide / excessif / susceptible.
- Tu as su développer une très forte intuition.
- Tu arrives à lire très facilement les gens et, paradoxalement, souvent tu ne les comprends pas.
- Tu ne comprends pas que les autres ne voient pas que telle idée mène droit dans le mur.
- L'injustice t'insupporte.
- Le manque de réflexion de certaines personnes te dépite profondément...
- Quand tu fais les choses, tu t'engages à fond dedans !
- Tu adores utiliser ton cerveau et tu ne comprends pas quand les autres te disent qu'au contraire, eux ça "leur prend la tête".
- Tu doutes très souvent.
- Tu n'as besoin que de 4 secondes pour replier correctement la carte routière.
- Ta vie sentimentale est très, mais vraiment très très compliquée...
- Tu cherches en permanence la faille dans tout. Et très souvent, tu la trouves.
- Quand tu joues à un jeu, tu es plus dans l'analyse de "comment il a été conceptualisé" que dans le jeu lui-même.
- Et de même, lorsque tu assistes à un événement -spectacle, concert, séminaire...- tu passes plus de temps à observer les détails de la conception / organisation / technique qu'à profiter de l'événement en lui-même.
- Dans une conversation, tu réponds à une question avant que la question ne soit terminée et tu anticipes et réponds en même temps aux questions suivantes.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

- Tu aimerais rester étudiant toute ta vie.
- Tu ne supportes pas la maltraitance animale.
- Dans une situation donnée, tu anticipes inconsciemment les réactions des gens et tu possèdes toujours plusieurs coups d'avance.
- Lorsque tu fais une recherche sur Internet sur un sujet donné, elle se termine systématiquement avec une multitude de fenêtres ouvertes sur une multitude de sujets sans lien avec le sujet de départ.
- Tu as une tendance à vouloir protéger les plus faibles.
- Tu passes ta vie à en chercher le sens.
- Professionnellement, tu ne tiens pas dans la durée : soit tu te fais tout le temps virer, soit tu démissionnes rapidement "parce que ce job t'emmerde".
- On dit de toi que tu es intelligent ...mais bizarre.
- Les gens te disent souvent que tu te poses trop de questions.
- Tu es très critique envers toi-même.

...etc, etc, etc.

Si, en les lisant, tu ressens que certaines de ces descriptions te ressemblent, alors il n'est pas impossible que tu sois un surdoué qui s'ignore, que tu fasses partie de cette minorité de personnes à l'intelligence, à la sensibilité et à l'émotionnel beaucoup plus affûtée (d'autant plus si, après avoir lu cette dernière phrase, tu te dis intérieurement "que non, ce n'est pas possible"). Sache que si tu veux en avoir la confirmation, il est possible, par des tests spécialisés, de valider avec précision et certitude une surdouance.<sup>15</sup>

---

"Selon les statistiques, il y a une personne sur cinq qui est déséquilibrée. S'il y a quatre personnes autour de toi et qu'elles te semblent normales, c'est pas bon."

*Jean-Claude Van Damme*

---

### **Comprendre, assumer et transformer sa surdouance en force**

Pour tenter de comprendre le fonctionnement des surdoués, il y a trois éléments essentiels à prendre en compte :

- Le premier, c'est que l'immense majorité des surdoués ne soupçonnent même pas qu'ils le sont.
- Le deuxième, c'est que lorsqu'ils ont la chance de le découvrir -suite à un test, à la lecture d'un livre traitant le sujet<sup>16</sup> ou encore un diagnostic fait par un thérapeute spécialisé-, la réaction première de la plupart d'entre eux est le rejet total de cette idée. Ils s'opposent à cette possibilité qu'ils possèdent un modèle de réflexion plus élevé et plus abouti que la moyenne.
- Et enfin, alors que les personnes au QI peu élevé se ressemblent toutes, il y a une extraordinaire diversité dans les surdoués, ce qui augmente considérablement la difficulté de les classer dans des cases.

À partir de ce constat, il existe pour un surdoué quatre manières de vivre sa surdouance. Les voici :

- Le repli sur soi-même

La première façon de vivre sa surdouance est de s'enfermer dedans. Lorsqu'un surdoué -qu'il ait conscience ou non de ses dons- s'aperçoit qu'il est seul et incompris, il arrive parfois qu'il s'isole. Auto-enfermé dans ses livres et ses passions -qui peuvent être les sciences, le code informatique, la mathématique... etc.-, il fonctionne la plupart du temps en circuit social extrêmement fermé, n'ayant de rapports approfondis qu'avec une poignée de personnes ayant le même profil et les mêmes passions et obsessions que lui.

Cette voie possède le très gros avantage de permettre au surdoué de pénétrer à fond ses passions mais lui offre la terrible contrepartie de complètement l'isoler socialement.

- L'abnégation de sa douance

Enfermés dans une vie et un environnement rempli de gens "normaux", certains surdoués qui s'ignorent sont constamment assaillis de phrases comme : « Tu ne peux pas y arriver ! », « Pour qui est-ce que tu te prends ? », « Pourquoi ne fais-tu pas comme tout le monde ? », « Tu te crois plus intelligent que les autres ? », « Tu penses trop ! », « Arrête de vouloir trouver une nouvelle façon de faire, si on a toujours fait comme ça, c'est qu'il y a une raison, non ? »... etc. Entourés d'une

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

multitude de normo-pensants qui leur expliquent ce qu'est la normalité et pourquoi ils doivent s'y conformer, certains surdoués finissent par se résigner et tentent de réfléchir et de vivre "normalement". Ils se laissent convaincre par cet environnement toxique qu'ils sont "comme tout le monde", n'ont finalement rien de spécial et qu'il n'y a, en conséquence, rien à chercher ni à développer en eux.

C'est une voie assez triste, car les surdoués qui l'empruntent vivent le ressenti inconscient, pesant, permanent et douloureux de ne pas "être soi" et de passer à côté de leur vie.

- Aigreur, frustration et colère dues à son "faux-self"

Empruntée malgré eux par beaucoup de surdoués, la troisième manière de vivre sa surdouance est celle du "faux self". En effet, confronté à un monde qui ne les comprend pas et les rejette, beaucoup de surdoués tentent de se protéger en se créant un "faux self". Un personnage complexe -et très souvent beaucoup moins bien que le personnage réel- qui permet aux surdoués de s'exprimer, souvent maladroitement, dans cette société qui ne les comprend pas.

Cette voie-là, assez répandue chez les surdoués, est plutôt très dure à vivre pour le surdoué concerné qui sait intuitivement qu'il a raison et qui, en conséquence, refuse de se résigner et de rentrer "dans le moule". N'étant pas lui-même -et donc pas en phase avec lui-même- il n'arrive pas à réellement s'épanouir et expérimente la plupart du temps de l'aigreur, de la frustration et de la colère.

- L'accomplissement personnel grâce à son "vrai-self"

Même si ce n'est pas la plus simple à mettre en application, la quatrième façon de vivre sa surdouance est incontestablement la meilleure de toutes. Il s'agit pour le surdoué d'arriver à assumer sa différence pour offrir au monde sa vulnérabilité et son « vrai-self ». Il est ainsi en mesure d'utiliser ses dons pour se créer un projet de vie qui le transcende réellement et apporte une plus-value dans la vie des autres et/ou de la planète.

Qu'ils aient conscience de leurs dons ou pas, seule une minorité des surdoués arrivent à se réaliser pleinement. Et pourtant, plus que pour n'importe qui d'autre, l'accomplissement personnel est l'un des piliers fondamentaux du surdoué, de très loin beaucoup plus important pour lui que la réussite telle qu'elle est définie par nos normes sociales. Il apparaît donc crucial pour un

surdoué d'apprendre à mieux gérer sa surdouance et passer enfin de ces états d'abnégation de ses dons, de renfermement sur soi ou encore de colère à celui de l'accomplissement personnel. Il lui faut assumer et surtout transformer sa différence en force. Une force unique et puissante qui impactera positivement sa vie, sa communauté et, pourquoi pas, le monde.

Le monde est façonné par les gens différents et déraisonnables ! Si tu as le privilège d'avoir en toi ce métal particulier, n'en aie pas peur ! Comprends-le, assume-le, développe-le et pars accomplir ta mission de vie, celle pour quoi l'Univers t'a déposé sur cette planète.

---

« Ce qu'on me reproche, ma diction, mon asexualité, deviennent des qualités.  
Et ça fait 38 ans maintenant. »

*Fabrice Luchini*

---

### **Maximise ton potentiel**

Que ce soit par rapport à une éventuelle surdouance, aux différentes facettes de ton "code source" ou à tes différentes formes d'intelligences, apprendre à te connaître est un processus complexe, personnel, intime et qui va durer toute ta vie. Toutefois, après cette première introspection de ton fonctionnement interne, tu possèdes une meilleure visibilité sur qui tu es au fond de toi, sur tes forces et tes faiblesses.

Quels sont, d'après moi, mes principaux défauts et mes points faibles ?

---

---

---

---

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

---

---

---

Quels sont, d'après moi, mes principales qualités et mes points forts ?

---

---

---

---

---

---

---

Comment puis-je m'améliorer sur mes principaux défauts et mes points faibles ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Mais surtout, comment puis-je accentuer encore plus mes principales qualités et mes points forts ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce sont ces forces que tu possèdes -tes qualités personnelles, tes compétences, tes talents, ton facteur X- et non tes faiblesses qui vont te permettre de propulser ta vie aux niveaux qu'elle mérite vraiment. Avec évidemment l'intelligence existentielle pour exception notable, car découvrir le sens de ta vie et en accomplir la mission qui y est intimement associée étant la quête ultime que tu te dois de mener, que penserais-tu de mettre tout ton focus sur tes points forts ? Injecter ton énergie là où tu es très bon et où tu peux potentiellement exceller comme personne d'autre ?

---

« On ne réussit jamais en corrigeant ses points faibles mais en optimisant ses points forts. »

*Edgar Grospiron*

---

Bien te connaître et maximiser tes points forts sont les deux bases essentielles sur lesquelles tu vas pouvoir construire et développer ta différence. Maintenant, si tu es un cygne et que tu évolues seul au milieu d'une foule de canards, il t'arrivera très souvent de te sentir seul et moqué, voire même parfois humilié. La solution est de briser ce schéma en changeant ton environnement. Il te faut comprendre que tu n'es pas seul mais juste isolé. Prends l'habitude de fuir les masses et de te déconnecter des gens toxiques pour t'entourer uniquement de personnes brillantes, atypiques, décalées, ouvertes et positives qui te tirent vers le haut. Et même si la proportion de ce type de profils est extrêmement faible, à l'échelle de l'humanité, il existe une quantité et une variété immense de ce genre

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

de personnes. Des personnes qui peuvent t'apporter une analyse nouvelle des choses, des événements et des situations. Des visions différentes qui feront bouillonner tes idées pour en faire ressortir toute ta créativité, ton optimisme et ton innovation. Va à la rencontre de ces gens, ouvre ton esprit à de nouveaux modes de fonctionnement et utilise cette matière nouvelle pour conceptualiser ta propre vie telle que tu l'entends et la ressens. Découvre et affine tes passions, tes talents et tes spécificités. N'aie pas peur d'être différent mais sois au contraire effrayé d'être comme tout le monde. C'est là l'une des clefs principales de ton épanouissement personnel.

En plus de mieux te connaître et de focaliser sur tes forces, il va aussi te falloir suivre ton instinct et ton intuition ainsi qu'observer plus attentivement les émotions qui te traversent pour éviter qu'elles s'emparent inutilement de toi. En effet, sans comprendre réellement leur fonctionnement interne, la plupart des gens sont drivés, sans trop savoir ni pourquoi ni comment, par leurs émotions tout en se persuadant eux-mêmes qu'ils suivent leur raison. Des émotions qui, au passage, sont la plupart du temps déclenchées par des stimuli extérieurs. Lesquels sont eux-mêmes très souvent volontairement provoqués -parfois subtilement, parfois grossièrement- par des entités qui le font généralement dans leur propre intérêt, direct ou indirect. C'est ce qu'on appelle de la manipulation.

Utilise tes sens, ton instinct et ton intuition -aussi appelé "inconscient adaptatif"- pour déjouer toutes les tentatives de manipulation qui s'exercent sur toi. Dans chaque situation qui advient, apprends à lire le jeu, à identifier les tenants, les aboutissants ainsi qu'à décrypter les intérêts que chacun peut tirer de chacune des issues potentielles. Apprends à déceler le vrai visage des gens et à voir clair dans les jeux de chacun. Identifie les gens sains des gens qui ne le sont pas, sachant que si toi-même tu es quelqu'un de sain, tu les reconnaîtras d'instinct sans aucune difficulté.

---

« Si tu sais d'instinct reconnaître une personne de bien, alors c'est que toi aussi tu en es une. »

---

Comprends que la plupart des réponses dont tu as besoin se trouvent déjà en toi. Ou, tout au moins, que tu possèdes en toi la possibilité de te relier à la source



en mesure de te les apporter, soit directement, soit indirectement. Pour cela, il te suffit simplement d'apprendre à te connecter avec toi-même, à demander, à écouter et à comprendre les réponses que tu reçois. Apprends à ressentir les choses grâce aux trois cerveaux que la vie t'a offerts. Car oui, tu en as trois - chacun possédant des neurones et des fonctionnalités particulières- et ils sont tous les trois interconnectés.

Celui situé dans ta tête est celui qui possède le plus de neurones. Il t'apportera principalement la raison. Vient ensuite ton intestin qui, même s'il héberge beaucoup moins de neurones, en possède quand même relativement une très grande quantité -estimée à 200 millions- et se trouve être particulièrement efficace.<sup>17</sup> Il te permet notamment de développer cette énergie particulière que certains appellent l'instinct. Mais le plus méconnu des trois est incontestablement le cœur. Les neurones que possède ton cœur -car oui, ton cœur possède des neurones<sup>18</sup>- te permettent d'activer une connexion particulière avec le divin et de développer une intuition qui ne te trahit jamais.<sup>19</sup>

La plupart des gens n'utilisent quasiment que leur cerveau principal, celui situé dans la tête (et encore, je suis très généreux en disant ça). Pourtant, s'ils sont utilisés ensemble dans une synergie équilibrée, tes trois cerveaux, connectés en permanence à l'ensemble des 50 trillions de cellules de ton être peuvent te permettre de prendre de bonnes décisions et de piloter ta vie beaucoup plus efficacement. Apprendre à faire le vide en toi pour ressentir ton corps, ton cœur, ton être et tes énergies est un apprentissage qui peut sembler compliqué mais qui en fait ne l'est pas tant que ça et qui surtout vaut vraiment le coup. A chaque fois que tu cherches une réponse concernant un challenge, un événement, une situation ou une personne, isole-toi au calme, ferme les yeux, mets tes deux mains sur ton cœur, respire profondément, connecte-toi à cette force qui va au-delà de toi et interroge ton être. En écoutant ainsi ton corps, ta raison, ton cœur et tes tripes, fais confiance à ce qu'ils t'expriment en gardant toujours en tête la règle de base : si tu as un doute, c'est qu'il n'y en a pas !

---

### **La règle de base**

Si face à une situation ou une personne tu as un doute, c'est qu'il n'y en a pas !

---

Et enfin, pour maximiser ton potentiel, il te faut passer à l'action sans avoir peur d'échouer, bien au contraire ! Car il n'est pas possible de réussir sans

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

expérimenter l'échec comme étape intermédiaire et c'est seulement une fois que tu as dépassé cette peur que tes possibilités de succès deviendront infinies. La majorité des gens ne font pas les choses parce qu'ils ont peur de l'échec. Une fois encore, décide de ne pas faire partie de la majorité en éliminant cette peur de l'échec. Et c'est très simple, il te suffit d'intégrer à ta vie ces quatre habitudes. Une façon de procéder qu'il te faut répéter encore et encore afin qu'elle devienne une partie intrinsèque de ton fonctionnement au point de se fusionner à ton caractère.

- Ce que pensent les autres n'a absolument aucune d'importance. Et ce point est tellement crucial que, bien que je l'aie déjà dit plusieurs fois, je vais te le répéter encore et encore : Ce que pensent les autres n'a aucune importance !
- Passe massivement à l'action !
- Lorsque tu tombes -et tu tomberas- et bien relève-toi, point. Élimine de ta vie les émotions inutiles et destructrices comme la frustration, la colère ou la tristesse.
- On fait tous des erreurs mais la plupart des gens n'en apprennent rien. Tu n'es pas la plupart des gens : Décide que tes erreurs deviennent tes meilleurs enseignants.

### **Arrête de te lamenter, assume tes actes et prends la responsabilité de ta vie**

Après de dures et loyales années de labeur auprès d'un fermier, un âne fatigué finissait tranquillement sa vie sur la ferme de son maître devenu indifférent à son existence. Un matin de septembre, l'âne tomba par malchance dans le vieux puits abandonné du fond de la propriété. Durant plusieurs heures, l'animal gémit pitoyablement et alerta ainsi le fermier qui ne savait pas quoi faire car il lui semblait impossible de le remonter. Après une courte réflexion, il décida finalement que l'animal était de toute façon trop vieux et que le puits, asséché depuis longtemps pouvait disparaître. De toute façon, ni l'un ni l'autre n'étaient plus rentables. Il appela donc deux de ses voisins afin qu'ils viennent l'aider. Ils se saisirent de pelles et commencèrent à remplir le puits de terre afin de les condamner, le puits et l'âne. Lorsque l'âne réalisa ce qu'il se passait, il n'arriva pas à le croire et se mit à braire de toutes ses forces. Les trois hommes, d'une incroyable impassibilité face à son supplice, continuèrent à remplir le puits de terre pour le boucher. Et puis, de manière complètement inattendue, l'âne se tut. Les trois voisins se dirent qu'il s'était enfin abandonné à la mort et, pensant

que c'en était fini de l'âne, continuèrent leur besogne. Au bout de quelques heures, le fermier regarda au fond du puits afin d'évaluer l'avancée de sa besogne. Qu'elle ne fut pas sa surprise lorsqu'il vit que son vieil âne, après chaque pelletée qui tombait sur lui, s'ébrouait pour rejeter la terre et la piétinait pour la tasser. Il refusa tout simplement de mourir. En fin d'après-midi, lorsque le trou fut presque entièrement rebouché, l'âne sortit du puits et se mit à gambader...

Lorsqu'un événement indésirable arrive, il existe en général trois types de réactions. Il y a ceux qui accusent les autres, ceux qui accusent Dieu/les circonstances/le destin et il y a cette troisième catégorie de personnes, celles qui prennent la responsabilité de leur vie et qui regardent vers l'intérieur en se demandant quelles sont les fautes qu'ils ont commises qui ont pu contribuer à cette situation. Ils réfléchissent à comment ils pourraient la solutionner et apprennent de leurs erreurs pour éviter qu'elles ne se reproduisent à l'avenir. L'une des choses essentielles à la réussite, c'est d'endosser la responsabilité de sa vie. J'entends par là que ce n'est pas ce qui t'arrive qui importe, mais véritablement comment tu vas y réagir. Dans nos sociétés où presque tout le monde a pris l'étrange habitude d'accuser soit Dieu (ou les circonstances/le destin, selon les variantes), soit les autres de ses malheurs, assumer chacune des situations qui adviennent te permet d'en reprendre en partie le contrôle afin de leur trouver des solutions et des évolutions. À l'image de ce vieil âne, tu dois cesser de gémir pour t'interroger avec intelligence sur les possibilités qui s'offrent à toi. Pose-toi des questions telles que "Qu'y a-t-il de positif dans cette situation ?" et "Comment puis-je en tirer parti ?" afin d'en utiliser les réponses pour faire évoluer la situation dans laquelle tu te trouves.

Je crois profondément que tu tiens entre tes mains ta destinée. Alors que la plupart des gens passent complètement à côté, tu peux aujourd'hui décider d'aller la conquérir et de l'embrasser pleinement. Décide de ne pas être quelqu'un d'ordinaire. Arrête de pleurer, assume tes actes, libère-toi de tes addictions et prends enfin la responsabilité de ta vie.

---

« Il est plus facile de sortir de polytechnique que de sortir de l'ordinaire. »

*Charles de Gaulle*

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

### **Comprends que tu es unique au monde et vis comme tel !**

Lors de ce chapitre, nous avons parlé d'assumer et de développer ta différence, cet élément indispensable à une vraie réussite. Tu as entamé un processus de changement où tu te détaches complètement de ce que pensent les gens de toi. Tu as pris le temps d'une introspection pour te découvrir et développer une meilleure compréhension de toi-même. Tu as décidé de maximiser tes forces, d'optimiser ton potentiel afin qu'il te porte vers des niveaux plus élevés. Et tout ceci t'amènera logiquement à comprendre cette vérité essentielle : tu es unique au monde et tu te dois de vivre comme tel !

Développe ton pouvoir personnel. Le pouvoir personnel, c'est ce qu'il te reste lorsqu'on te prend tout ce que tu possèdes. Tu possèdes 1 million d'euros ? Génial. Mais si on te le vole, tu n'as plus rien. Mais si par contre tu sais parler en public, si tu maîtrises une langue étrangère, si tu joues du piano à la perfection ou si tu possèdes une incroyable capacité à te faire aimer des enfants, alors tu possèdes un réel pouvoir. Une ressource fondamentale inscrite en toi et qui a l'énorme avantage de ne pas pouvoir être confisquée.

Nos sociétés nous imposent l'idée que le pouvoir et la richesse d'une personne repose principalement sur ses ressources financières et matérielles. Pourtant, rien n'est plus faux. Même si je ne nie évidemment pas que l'argent et les ressources matérielles peuvent être un outil voire un levier très puissant, je crois profondément que chacun est avant tout riche de sa santé, de son état d'esprit, de ses compétences, de son attitude, de ses passions, de ses ambitions, de la vision de son avenir et des relations qu'il entretient avec les autres. L'argent n'est juste qu'un complément et une conséquence de tout ça, la puissance financière découlant du pouvoir personnel. Un pouvoir personnel que tu dois constamment travailler à maximiser.

Rentre dans une démarche de croissance personnelle perpétuelle. Prends le temps d'approfondir les sujets qui te passionnent. Développe de nouvelles compétences. Pense en dehors de la boîte et, si tu l'estimes nécessaire, bouscule les choses et les situations pour les voir sous un angle nouveau. Deviens quelqu'un qui ne respecte pas les règles mais sans jamais oublier qu'assumer et développer ta différence, c'est bien, mais être différent et plus efficace que les autres c'est beaucoup mieux.

« Il est indispensable et naturel de ne pas être comme les autres. »

*Karl Lagerfeld*

---

Le but de la vie est-il juste de survivre et d'essayer d'être heureux ou alors est-il possible que notre vie ait un sens plus profond qui nous dépasse complètement ? Existerait-il pour chacune de nos existences une mission de vie qu'il nous faudrait découvrir puis accomplir ? (Nous aurons l'occasion de revenir sur ce sujet lors du prochain chapitre). Découvrir sa différence, trouver ses passions et développer son pouvoir personnel pour atteindre le succès et l'accomplissement personnel sont, de mon point de vue, des choses complètement liées et interconnectées à ta mission de vie. Arrête d'être une chenille et deviens un papillon, car il est temps pour toi de t'envoler ! Planifie en permanence de nouveaux projets qui te feront sortir de ta zone de confort. Rencontrer de nouvelles personnes et apprendre de nouvelles choses te permettront de développer de nouvelles compétences et plus de confiance en toi. Mets-toi en danger et connecte ta différence au monde !

Mais attention toutefois à ne pas tomber dans le piège d'être différent dans le seul but d'apparaître différent. D'une part, usurper pour des raisons d'ego une identité qui n'est pas la tienne n'est pas très productif -c'est même d'ailleurs très souvent contre-productif- et, d'autre part, en faisant ainsi, tu passes réellement à côté de ton vrai "toi" et donc de ta vie...

La vie est un voyage et tu te dois aujourd'hui de développer ta différence pour "devenir toi" ! Cette différence, c'est ta force principale, ta meilleure arme. Comprends que ce n'est absolument pas grave de vivre une vie que les autres ne comprennent pas. N'aie plus peur de qui tu es, bien au contraire. Arrête de suite d'être un simple opérateur de ta vie pour en devenir le créateur ! À partir d'aujourd'hui, assume ta différence, développe-la et utilise-la pour ajouter plus de valeur dans ta vie, dans celle des autres et pour la planète. Car après tout, peut-être que si tu as l'impression d'être né dans un monde qui ne te correspond pas, c'est parce que tu y as été envoyé pour contribuer à en créer un nouveau. Trouve comment ton unicité peut aider à construire ce monde meilleur dont tu rêves. Le monde que tu aimerais idéalement léguer à tes enfants.

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

Qui que tu sois, tu dois décider de reprendre le contrôle de ta vie et devenir un leader. La plupart des gens pensent qu'un leader c'est quelqu'un que l'on suit. La réalité, c'est que ce n'est qu'une conséquence. Un leader, c'est véritablement quelqu'un qui vit selon ses propres termes!

Prends aujourd'hui la décision d'en devenir un ! Vis pleinement tes différences et commence le voyage le plus important de ta vie, celui qui t'amènera à devenir toi-même.

Chapitres 3 à 15 + le chapitre Bonus

## Conclusion

« Le savoir est une arme, maintenant tu le sais ! »

*Stomy Bugsy*

Durant toute leur vie, ils avaient travaillé dur et sans jamais prendre un seul jour de vacances. Selon les critères sociaux les plus répandus dans notre société, ce couple de commerçants avait brillamment réussi. Après presque 35 ans de dur labeur, ils étaient à la tête d'une quinzaine de boulangeries de qualité toutes situées dans les meilleurs endroits de la capitale. Ils avaient une centaine d'employés fidèles et leur business tournait très bien. Et ce n'était pas un hasard : depuis 35 ans ils géraient avec une très grande attention leur argent en ne faisant aucune dépense superflue et en réinvestissant tout ce qu'ils pouvaient. Ils le faisaient depuis tellement longtemps, qu'économiser était devenu pour eux une seconde nature, au point qu'ils n'étaient jamais partis en vacances ensemble.

Un soir, pendant le repas, après une longue et fatigante journée de travail la femme hasarda une idée :

- Dis-moi, chéri, nous ne sommes jamais partis en vacances. Que dirais-tu si nous nous offrions une croisière ? J'ai vu qu'il y avait des promotions en ce moment...

Son mari était tiraillé. Au fond de lui il voulait partir mais il s'était créé un programme puissant qui lui imposait de ne jamais faire de dépenses inutiles. Après quelques secondes de réflexion, il proposa à sa femme :

- Pourquoi pas, cela nous permettra de nous déconnecter, on l'a bien mérité, après tout. Mais par contre, on fera bien attention à nos dépenses sur place.

Quelques jours plus tard, les voici donc embarqués pour une semaine sur l'un des fleurons de la compagnie Cunard : le splendide Queen Mary II. Afin de rester



dans des budgets corrects, ils avaient tout prévu pour limiter au maximum les frais et, histoire de ne pas avoir à payer le restaurant, ils emportèrent dans leurs valises de quoi faire des sandwiches.

Le voyage commença donc et se passa superbement bien. Ils prirent du temps pour eux, se prélassant autour de la piscine un livre à la main, et participèrent à toutes les activités gratuites durant lesquelles ils rencontrèrent de nombreuses personnes avec qui ils sympathisèrent. Mais à chaque fois que vint l'heure du repas, ce fut la même scène : la femme prétextait à leurs compagnons de voyage qu'elle ne se sentait pas bien et, avec son mari, ils rejoignirent leur petite cabine sans hublot dans laquelle ils grignotèrent leurs provisions.

Leur semaine de vacances se déroula donc ainsi et, hormis pendant les repas, ils passèrent de bons moments. Le dernier soir de la croisière, alors que leurs provisions étaient presque épuisées et que leur dernier morceau de pain était rassis depuis quatre jours déjà, la femme proposa :

- Chéri, on ne reprendra probablement pas de vacances avant longtemps. Au lieu de manger encore du pain rassis et du fromage ce soir, que penses-tu de s'offrir un restaurant ensemble pour notre dernière soirée sur le bateau ?

Enchanté par l'idée, son mari accepta.

Arrivés au restaurant, le serveur leur proposa une table avec une vue absolument somptueuse sur le soleil couchant. La musique d'ambiance était douce et la soirée s'annonçait agréable. Lorsque le serveur leur remit les cartes, ils furent étonnés de ne pas voir de prix associés aux plats. Lors de sa commande, le mari demanda alors combien coûtait celui qu'il voulait choisir. Surpris, le serveur leur dit simplement qu'il pouvait prendre tout ce qu'ils désiraient car les repas étaient inclus dans le prix de leur voyage...

---

« La vie est trop courte pour être petite. »

*Tim Ferriss*

---

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

### **La vie est un cadeau !**

Je crois que la vie est un cadeau ! Un voyage qui nous a été offert et dont nous avons la possibilité de profiter à fond. Bien évidemment, quand je parle de profiter à fond du voyage, je ne pense pas ici aux choses matérielles mais je parle des expériences, des accomplissements, des évolutions personnelles, des contributions ainsi que de la qualité des émotions qu'il nous est donné de vivre. La plupart d'entre nous sommes conditionnés à accepter de vivre nettement en dessous de notre potentiel et de nos possibilités d'accomplissement. Et malheureusement, ce n'est bien souvent qu'à la fin du voyage que l'on s'en aperçoit et que l'on regrette amèrement certains de nos choix.

Il paraît que la définition de l'enfer, c'est quand, à ta mort, la personne que tu es rencontres la personne que tu aurais pu devenir. Pose-toi la question : si tu meurs aujourd'hui, iras-tu en enfer ?

Si la réponse à cette question est oui, ce qui est statistiquement plus que très probable, il est peut-être temps pour toi de réagir. Quel que soit ton âge et l'endroit où se trouve ta vie aujourd'hui, décide d'en reprendre le contrôle. Ce n'est pas forcément simple, mais j'ai toutefois une excellente nouvelle à t'annoncer : ce n'est pas ce que tu as fait jusqu'à maintenant qui compte, mais véritablement ce que tu vas faire à partir de maintenant.

---

« Ce n'est pas ce que tu as fait jusqu'à maintenant qui compte, mais véritablement ce que tu vas faire à partir de maintenant. »

*Gérald Vignaud*

---

Mais pour contrebalancer cette excellente nouvelle, il y a aussi quelque chose qu'il t'est absolument indispensable d'intégrer : s'il n'est pas mis en application, tout apprentissage est infructueux. Ce qui, en clair, veut dire que si tu ne passes pas à l'action après la lecture de ce livre, alors il t'aura été inutile.

Lorsque tu étais enfant, tu ne pouvais que subir et tu étais victime des circonstances. Mais maintenant que tu es adulte, tu es victime de tes décisions. Quel que soit le timing dans lequel se trouve ta vie, le meilleur moment pour en

reprendre le contrôle, c'est maintenant ! Tu n'as plus d'excuses car tu possèdes entre tes mains les premières clefs d'une vie réussie et les directions vers lesquelles approfondir ta quête. Comprends-le : aujourd'hui, c'est le premier jour du reste de ta vie ! Ressors cette fameuse boîte à rêves dont nous parlions plus haut. Ouvre ton esprit, laisse-le courir sans jugement et décide lesquels tu veux aller conquérir. Relis les notes personnelles que tu as prises durant la lecture de ce livre et prends le temps d'y réfléchir. Qui es-tu réellement ? Quelles sont tes expériences passées, tes succès, tes échecs, tes émotions, tes intuitions ? Qui veux-tu réellement devenir ? Et surtout, que ce soit à l'échelle de ta communauté ou de la planète, comment veux-tu impacter positivement le monde ? Reprends le chapitre concernant tes objectifs et passe à l'action. Aujourd'hui !

Les journées nous paraissent parfois longues mais, au final, le temps passe vite et les années sont courtes. Ne perds jamais de vue que d'ici quelques décennies -une centaine d'années au très grand maximum- tu seras mort et tous tes proches le seront aussi. En fait, en à peine un siècle, la quasi-totalité des habitants actuels de la planète se sera renouvelée. Alors ne perds pas ton temps car pour toi c'est maintenant que ça se passe. Demain ce sera trop tard !

### **Changer le monde ?**

Comme le disait si justement Helen Keller, « la vie est soit une aventure audacieuse, soit rien ! ». Et puisque que tu n'en as qu'une, décide de vivre une vie riche et excitante. Sature-toi d'informations positives, va à la rencontre de gens intéressants et sois curieux de tout : tu trouveras ainsi en permanence des choses passionnantes et constructives à entreprendre. Observe, écoute et apprends. Développe des idées nouvelles et arpente des chemins qui n'ont pas encore été empruntés. Et puisque le monde est façonné par les personnes déraisonnables, pourquoi ne déciderais-tu pas d'être enfin toi-même, quitte à être réellement déraisonnable ?

Et d'ailleurs, pendant qu'on parle de projets déraisonnables. Pose-toi la question suivante : le monde dans lequel nous vivons te plaît-il vraiment ? Si ce n'est pas le cas, qu'aimerais-tu y changer ? Et si tu avais le pouvoir au cours de ta vie d'en changer radicalement une chose, une seule, laquelle serait-elle ? Il est important que tu te poses réellement cette question, parce que la bonne nouvelle c'est que ce pouvoir, tu le possèdes déjà en toi !

S'il y a une chose que l'on ne nous apprend malheureusement pas à l'école, c'est qu'une personne déterminée qui agit avec passion, vision, stratégie et

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

intelligence est capable de fédérer une communauté de gens engagés et de lancer une véritable dynamique. Une dynamique qui, avec du temps et un effet cumulé, peut transformer la face du monde pour toujours. Si tu le décides, cette personne peut être toi. Et d'ailleurs, si ce n'est pas toi, alors ce sera qui ? Et si ce n'est pas maintenant, alors ce sera quand ?

---

« Ne doutez jamais qu'un petit groupe de citoyens réfléchis et engagés puissent changer le monde. C'est d'ailleurs seulement comme ça que cela s'est toujours produit. »

*Margaret Mead*

---

Quoiqu'il arrive, ne perds jamais de vue qu'un jour ton cœur cessera de battre. Et ce jour-là aucune de tes peurs, aucune de tes hésitations, aucun de tes doutes, aucun de tes regrets et aucun de tes objectifs futurs n'auront plus d'importance. À partir de ce moment-là, les seules choses qui compteront vraiment -et qui resteront gravées pour l'éternité- c'est la manière dont tu as vécu, ce que tu as appris, ce que tu as compris, ce que tu as ressenti, ce que tu as donné, comment tu as contribué, l'amour que tu as partagé et jusqu'à quel niveau tu as réussi à pousser ton éveil spirituel.

### **Le secret de la vie, c'est de donner**

Un dernier mot pour conclure. À titre personnel, comme je l'ai évoqué dans ce livre, je crois profondément à la loi du Karma, celle qui affirme que plus tu donnes, plus tu reçois. Une sagesse que j'essaye d'intégrer au maximum à ma vie depuis de nombreuses années déjà.

Je crois que donner d'une manière anonyme et sincèrement désintéressée envoie une énergie à l'Univers. Une énergie qui enclenche en retour un effet boomerang amplifié qui pénétrera ta destinée. Je crois réellement que le secret ultime de l'existence, c'est de donner et j'aimerais te proposer d'appliquer cette philosophie à ta vie. Si tu trouves que ce livre t'a aidé d'une quelconque façon que ce soit, envisage d'en offrir un exemplaire à cinq personnes auxquelles tu tiens et à qui tu penses qu'il pourrait être utile. Cela peut-être des membres de

ta famille, des amis, des collègues de travail, un partenaire de business ou voire même une simple connaissance dont tu aurais envie d'influer positivement la vie.

Lors de la relecture du manuscrit final de ce livre, l'un de mes amis me conseillait de retirer ce dernier paragraphe en me pronostiquant que les lecteurs penseraient que cela servirait mes intérêts, ce qui est d'ailleurs factuellement vrai.<sup>150</sup> Après réflexion, je me suis dit qu'il fallait quand même le laisser car ses conséquences en seraient aussi profitables à plusieurs autres personnes. D'une part, cela impactera positivement la vie des personnes à qui tu vas décider d'offrir ce livre. Mais surtout, ce geste te donnera à toi le privilège inestimable d'avoir apporté une plus-value dans la vie d'autres personnes. Et peut-être même, dans certains cas, d'en avoir changé radicalement et positivement la trajectoire.

Qui sont les cinq personnes à qui je vais offrir un exemplaire de ce livre ?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Et puisqu'il faut maintenant conclure ce livre, je voudrais te remercier de ta confiance pour l'avoir acheté et lu jusqu'à la fin. Je l'ai écrit avec engagement et passion. J'espère qu'il t'a été profitable et qu'il contribuera à te faire évoluer. Si tu as apprécié cet ouvrage, n'hésite pas le faire connaître autour de toi et à en partager tes impressions sur les réseaux sociaux. N'hésite pas non plus à laisser un petit commentaire sympa sur le site d'Amazon (et/ou celui de la FNAC et des autres distributeurs en ligne). Cela m'est très utile car, en plus d'aider les futurs lecteurs à choisir cet ouvrage, les algorithmes d'Amazon estiment la popularité

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

d'un livre au nombre de commentaires laissés. Et plus un livre est populaire, plus Amazon le positionne favorablement dans les recherches.

Aussi, si tu veux que l'on poursuive le voyage ensemble, tu peux me rejoindre sur mon site ([geraldvignaud.com](http://geraldvignaud.com)) pour découvrir d'autres outils ainsi que les formations que j'ai conceptualisées.

Enfin, comme je te l'ai évoqué en début de ce livre, je crois à l'importance d'une communication horizontale. N'hésite donc pas à m'écrire directement un message ([geraldvignaud.com/livre-contact](http://geraldvignaud.com/livre-contact)) pour me partager ton feedback et tes témoignages de réussite suite à la lecture de ce livre. Je lis personnellement tous les messages et j'essaie d'y répondre le plus souvent possible.

À bientôt,

Amicalement,

Gérald Vignaud



## Sources et informations complémentaires

<sup>1</sup> Sous le commandement de Leif Erikson, ils ont accosté sur l'extrême nord canadien et auraient tenté de s'y installer, sans succès.

<https://www.histoire-pour-tous.fr/dossiers/5313-vikings-decouvrent-ameriques.html>

<sup>2</sup> un mur qui fait en moyenne 6 à 7 m de hauteur et 4 à 5 m de largeur

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Grande\\_Muraille](https://fr.wikipedia.org/wiki/Grande_Muraille)

<sup>3</sup> (il) ne peut pas être visible à presque 400 000 kilomètres de distance, aussi long soit-il.

<http://l-anecdote.com/la-grande-muraille-de-chine-vue-de-la-lune>

<sup>4</sup> À titre informatif, les requins tuent chaque année en moyenne 6 humains, soit des centaines de fois moins que les morsures de chiens dont plusieurs milliers de victimes sont recensées tous les ans autour du globe, généralement imputables à la rage

[https://www.sciencesetavenir.fr/animaux/animaux-marins/quels-sont-les-animaux-les-plus-meurtriers\\_103172](https://www.sciencesetavenir.fr/animaux/animaux-marins/quels-sont-les-animaux-les-plus-meurtriers_103172)

<sup>5</sup> la plus hallucinante de toutes étant incontestablement le LHC (Large Hadron Collider), le plus grand accélérateur de particules au monde

Plus d'infos sur le LHC :

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Grand\\_collisionneur\\_de\\_hadrons](https://fr.wikipedia.org/wiki/Grand_collisionneur_de_hadrons)

<sup>6</sup> En moyenne, le français regarde la télévision 3h42 par jour

<https://www.lesinrocks.com/2018/01/25/actualite/societe/en-moyenne-les-francais-passent-3h42-par-jour-devant-la-television>

<sup>7</sup> des revues brillantes telles que "Orbs - L'autre planète"

À découvrir sur : <http://www.orbs.fr>

<sup>8</sup> "le flot de Ricci"

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Programme\\_de\\_Hamilton](https://fr.wikipedia.org/wiki/Programme_de_Hamilton)

<sup>9</sup> Il y démontre la conjecture de Poincaré, énigme mathématique qualifiée comme l'un des sept problèmes du millénaire par l'institut de mathématiques Clay.

<http://www.claymath.org/millennium-problems-poincaré-conjecture/perelmans-solution>



<sup>10</sup> En dessous des nombreuses vidéos YouTube qui racontent son histoire, on ne compte plus les commentaires débiles expliquant que s'il était vraiment "si intelligent que ça", il aurait accepté le million de dollars  
<https://www.youtube.com/watch?v=3M1rBUWszLU>

<sup>11</sup> Est-il si difficile pour un normo-pensant de comprendre que c'est parce qu'il pense et raisonne différemment que Grigori Perelman a réussi à résoudre l'une des plus grandes énigmes mathématiques du millénaire ?  
Si tu veux en savoir plus sur sa vie, sa manière de penser et son parcours incroyable, lis "[La légende Grigori Perelman : Dans la tête d'un génie](#)" de Masha Gessen

<sup>12</sup> (pour une personne lambda, c'est au grand minimum 100 000)  
Je parle ici des personnes avec qui tu engages au minimum une conversation, quel qu'en soit le contexte.

<sup>13</sup> Dans la vie, suis-je plutôt un dominant, un dominé, un autonome ou alors un souffre-douleur ?  
Pour en savoir plus sur les notions de dominant, dominé, autonome et souffre-douleur, je t'invite à visionner sur YouTube l'incroyable expérience des Rats de Didier Desor : <https://www.youtube.com/watch?v=kk21JTzdxzY>

<sup>14</sup> Tu possèdes un côté sapiosexuel assez prononcé  
Sapiosexuel : attiré sexuellement et/ou sentimentalement en premier par le verbe et/ou l'intelligence

<sup>15</sup> si tu veux en avoir la confirmation, il est possible, par des tests spécialisés, de valider avec précision et certitude une surdouance.  
Pour cela, tu peux voir un psychologue spécialisé dans la surdouance ou faire le test en ligne proposé par Mensa : <https://mensa-france.net/nous-rejoindre/pre-test-sautoevaluer>

<sup>16</sup> à la lecture d'un livre traitant le sujet  
Si tu cherches un ouvrage de ce type, je te conseille l'excellent livre de Monique de Kermanec : "[L'adulte surdoué – comment faire simple lorsque l'on est compliqué](#)"

<sup>17</sup> Vient ensuite ton intestin qui, même s'il héberge beaucoup moins de neurones, en possède quand même relativement une très grande quantité - estimée à 200 millions- et se trouve être particulièrement efficace.  
<https://www.pileje.fr/revue-sante/intestin-second-cerveau>

L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !

<sup>18</sup> car oui, ton cœur possède des neurones

<http://www.wikistrike.com/article-le-coeur-a-un-cerveau-106499768.html>

<sup>19</sup> te permettent d'activer une connexion particulière avec le divin et de développer une intuition qui ne te trahit jamais.

Lire "[L'intelligence du cœur - la solution HeartMath](#)" de Doc Childre et Hoxard Martin

<sup>150</sup> l'un de mes amis me conseillait de retirer ce dernier paragraphe en me pronostiquant que les lecteurs penseraient que cela servirait mes intérêts, ce qui est d'ailleurs factuellement vrai.

En fait, cela n'est même pas le cas puisque j'ai décidé de reverser l'intégralité de mes droits d'auteur à [Soupe de plastique](#), une ONG qui milite notamment pour une taxation massive du plastique. De plus, si c'est financièrement compliqué pour toi, sache que je t'autorise à partager cet e-book (à titre gratuit et en n'y apportant aucune modification).

---

Retrouve ici un récapitulatif et les liens de tous les ouvrages conseillés dans ce livre : <https://www.geraldvignaud.com/liste-des-references>

## Processus d'amélioration constante et perpétuelle

Ce livre est très loin d'être parfait. Toutefois, comme toutes les choses que j'essaye de faire dans ma vie, il suit un processus d'amélioration constante et perpétuelle.

Si tu croises des coquilles, des erreurs ou d'autres choses qui te semblent inexactes, n'hésite pas à me remonter les infos afin que je fasse les corrections nécessaires dans les versions ultérieures.

[geraldvignaud.com/livre-contact](https://geraldvignaud.com/livre-contact)







## À propos de l'auteur

Diplômé par Anthony Robbins de la “Business Mastery” ainsi que de la prestigieuse “Mastery University”, Gérald Vignaud s’est notamment accompli lors d’une carrière exceptionnelle dans le marketing de réseau en devenant *Senior Vice President* de l’une des plus importantes compagnies de l’industrie. Devenu un expert reconnu de celle-ci, Gérald a formé et coaché des dizaines de milliers de personnes.

Coach en développement personnel, il enseigne depuis toujours que la clef du succès et, plus important encore, de l’accomplissement personnel passe inévitablement par l’acceptation de soi en assumant et en travaillant sur sa différence, son facteur X.

Expert en transformation personnelle, son premier client fut lui-même. Toxicomane pendant presque 10 ans, Gérald a su prendre des décisions et passer à l’action. Il a mis en application les stratégies qu’il enseigne désormais pour sortir de la drogue et propulser sa vie vers une réussite personnelle et professionnelle exceptionnelle.

Depuis plusieurs années, il a inspiré, conseillé et travaillé avec de nombreuses personnes de toutes catégories sociales/professionnelles parmi lesquelles des travailleurs indépendants, des dirigeants d’entreprise, des sportifs de haut niveau, des hommes politiques ou encore des personnalités.

Consultant en entreprise, Gérald comprend et possède les clefs et stratégies pour aider les sociétés de tous secteurs d’activité à se réinventer. Il les aide à se redynamiser pour les réorienter vers les résultats plus positifs et plus stables qu’elles désirent.

Conférencier reconnu, Gérald intervient régulièrement devant des salles allant de 100 à 15 000 personnes et a notamment partagé la scène avec des personnalités tel que Chris Widener, Darren Hardy ou encore Donald J. Trump.

Interviewer et voyageur passionné, Gérald a écouté et a appris des milliers de personnes qu’il a rencontrées au cours de sa vie.

Entrepreneur iconoclaste, Gérald est le fondateur et le CEO de *different.land*, une plateforme de développement personnel unique au monde. Elle est axée sur l’idée que les trois clefs majeures pour créer un meilleur futur sont l’éducation, l’écologie et une technologie saine, et qu’elles sont toutes les trois

interconnectées entre elles. Le site [different.land](http://different.land) a pour vocation de contribuer à instruire, à inspirer et à faire grandir une nouvelle génération de Leaders. Celle qui aura la charge de construire un indispensable monde meilleur pour demain, celui que nous laisserons à nos enfants.

Authentique amoureux de la Nature, Gérald est le co-fondateur de l'ONG [Soupe de plastique](#). Elle a notamment pour mission d'informer sur les problématiques du plastique et de plaider pour une taxation massive de celui-ci. D'une manière plus générale, Gérald milite aussi pour une meilleure gestion des ressources et un plus grand respect pour les écosystèmes de notre planète.

Véritable "Learning Junkie" Gérald cherche en permanence à apprendre, à se réinventer et à mettre dans sa vie la barre toujours plus haut.

Gérald a pour mission de contribuer à construire les générations présentes et futures en aidant les gens à développer leurs différences et à démultiplier leurs valeurs personnelle, professionnelle et financière.

---

Si vous désirez que Gérald Vignaud intervienne lors de votre événement, contactez-nous directement via le site :

[geraldvignaud.com](http://geraldvignaud.com)



Du même auteur

GÉRALD VIGNAUD

# T'AS UN PROBLÈME ?

—  
7 étapes pour résoudre  
efficacement ton plus gros challenge



**T'as un problème ?**

GÉRALD VIGNAUD

# LA VOIE MINORITAIRE

Exceller grâce à sa différence !



Collection « L'éducation c'est primordial ! »

## La voie minoritaire

GÉRALD VIGNAUD

# À TA SANTÉ !

Toutes les clefs pour protéger ton système  
immunitaire et maximiser ton énergie



Collection « L'éducation c'est primordial ! »

**À ta santé !**

GÉRALD VIGNAUD

# TRANSFORME TES RÊVES EN RÉALITÉ !

La méthode infaillible pour pulvériser tes objectifs



**Transforme tes rêves en réalité !**

GÉRALD VIGNAUD

# PERFORMANCE MAXIMALE !

Utilise les meilleures stratégies  
pour démultiplier ton potentiel



Collection « L'éducation c'est primordial ! »

**Performance maximale !**

GÉRALD VIGNAUD

# CHANGER LE MONDE ?

Appréhender les challenges inédits du 21ème siècle



Collection « L'éducation c'est primordial ! »

## Changer le monde ?

## Quelques mots à propos de *Soupe de plastique*



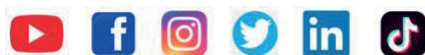
Notre planète en général et nos écosystèmes en particulier vont mal. Je crois que chacun d'entre nous, à son niveau, avons la responsabilité d'agir. C'est dans cette logique qu'avec quelques amis nous avons créé l'ONG *Soupe de plastique*.

Sa mission est quadruple :

- Informer sur les différentes problématiques liées à l'utilisation du plastique.
- Organiser des événements de nettoyage.
- Promouvoir les alternatives au plastique.
- À défaut de pouvoir l'interdire, militer pour l'idée d'une forte taxation du plastique afin d'en réduire sa rentabilité et donc sa production.

Je reverse tous les bénéfices de ce livre à cette structure. En ayant acheté un exemplaire de celui-ci, tu as donc contribué à cette importante mission. Si tu veux en savoir plus et/ou continuer à nous soutenir, rejoins-nous sur :

[sopedepastique.org](http://sopedepastique.org)





L'auteur autorise le détenteur de cet e-book à le partager à titre gratuit à la condition impérative de n'apporter aucune modification à la version originale. L'impression de ce document est, elle aussi, autorisée par l'auteur.

Pour plus d'informations sur cet ouvrage et/ou pour en commander la version papier : [geraldvignaud.com](http://geraldvignaud.com)

À ce propos, l'auteur reverse tous ses droits d'auteur à l'ONG [Soupe de plastique](#). En achetant ce livre, tu contribues ainsi à la protection de nos écosystèmes. N'hésite donc pas.

« La vie d'un individu a des conséquences qui se perpétuent toute l'éternité... »

*Sonmi-451*

GÉRALD VIGNAUD

# L'ÉCOLE C'EST IMPORTANT MAIS L'ÉDUCATION C'EST PRIMORDIAL !

—

## Les 15 choses essentielles à la réussite que tu n'apprendras pourtant jamais à l'école

Ce livre part d'un constat : ceux qui réussissent le plus à l'école ne sont paradoxalement pas ceux qui réussissent le mieux dans la vie. Et si, pour réussir, il y avait des choses indispensables à savoir et qui ne sont pas enseignées à l'école ?

Réfléchir par soi-même, apprendre à bien se connaître, développer sa différence, communiquer efficacement, maximiser ses relations avec les autres, avoir une nutrition optimale, être en excellente santé, vivre ses passions, trouver un sens à sa vie, gérer efficacement son temps, utiliser les meilleures stratégies, rester intègre, résoudre ses problèmes, gagner et gérer de l'argent, développer une vision à long terme, réaliser ses objectifs, comprendre le monde et son évolution, prendre conscience des grands défis écologiques du 21ème siècle, s'engager, construire le futur... Cet ouvrage est bien plus qu'un simple livre de développement personnel, c'est un véritable manuel pour autodidacte. Il te donnera les clefs essentielles pour non seulement réussir dans la vie, mais aussi -et surtout- réussir ta vie. Car au final, le succès sans l'épanouissement personnel n'est-il pas l'échec ultime ?

À mi-chemin entre la boîte à outils et le journal intime, "L'école c'est important mais l'éducation c'est primordial !" est un guide intemporel et unique au monde. Il te partagera les clefs et les ressources qui te permettront de reprendre le contrôle de ta vie pour lui offrir le niveau de réussite et d'épanouissement qu'elle mérite.

Gérald Vignaud est auteur, conférencier et coach en développement personnel. Entrepreneur iconoclaste, il est le fondateur du site [different.land](https://different.land), une plateforme de développement personnel transdisciplinaire unique au monde. Elle est axée sur l'idée que les trois clefs majeures pour créer un meilleur futur sont l'éducation, l'écologie et une technologie saine, et qu'elles sont toutes les trois interconnectées entre elles. Authentique amoureux de la nature, Gérald a co-fondé l'association "Soupe de plastique" qui milite notamment pour une taxation massive du plastique et à laquelle il reverse l'intégralité de ses droits d'auteur. En achetant ce livre, tu contribues ainsi à la protection de nos écosystèmes.



24,95 euros  
Prix TTC  
France