



SESSION DE FORMATION
A LA DECOUVERTE DE MA GRANDEUR

JACQUES MUTIKWELE MUNGWONO

Coach en développement personnel

Contact:

Whatsapp : +243 859 122 748

Email: jmutikwele@gmail.com

Siteweb: www.jacquesmutikwele.com

Thème de la 7^{ème} Semaine : Jeter vous à l'eau

Faites le premier pas en toute confiance. Il n'est pas nécessaire de voir tout l'escalier. Montez seulement la première marche



Martin Luther King Junior

Certaines personnes consacrent leur vie entière à atteindre l'occasion parfaite pour se lancer. En fait, il y a rarement un moment idéal pour faire quoi que ce soit. Ce qui importe c'est de commencer



Jack Canfield

Objectif de la Semaine : Avoir le courage de se lancer dans l'action.

Contexte

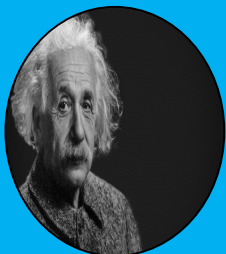
Commençons notre réflexion de cette semaine par cette anecdote que j'ai tirée d'un livre de John C. Maxwell. Cinq grenouilles s'étaient mises sur une banquette près d'un ruisseau. Quatre d'entre elles décident de sauter dans l'eau. Combien de grenouilles restent – elles sur la banquette ? J'ai raconté cette anecdote à mon fils et il m'a répondu : « Cinq (05) ». Et je lui ai demandé de justifier sa réponse. Il m'a dit en souriant : « Papa, toutes les 05 grenouilles sont encore sur la banquette parce qu'aucune d'elle ne s'est jetée à l'eau ». Et moi, de conclure, il y a une différence entre « décider de faire quelque chose » et « faire quelque chose ». Quand tu veux faire quelque chose, il faut le faire.

Cette anecdote nous met dans le bain de ce que vivent plusieurs d'entre nous. (Moi, j'y compris). Nous avons souvent des bonnes idées mais nous ne nous donnons pas la peine d'agir pour les matérialiser. C'est le cas de ces quatre grenouilles. Une personne qui ne se jette pas à l'eau c'est-à-dire qui ne passe pas à l'action ne peut connaître de succès. Le succès n'est rien d'autre qu'une succession d'actions réussies (aussi petites soient elles) dans la direction que vous vous êtes fixés. Par action réussie, j'entends une action dont le résultat est conforme à nos attentes. Mais comment pouvez-vous savoir si les actions que vous aviez planifiées au cours de la 5-ème semaine donneront des résultats conformes à vos attentes si vous ne les mettez pas en œuvre ? Comment saurez-vous si ces actions vous feront progresser vers l'atteinte de votre objectif ?

Personne ne peut gagner une compétition si elle ne la joue pas. En agissant, vous déclenchez une série d'actions et de réactions qui vous porteront inévitablement à la réussite. En d'autres mots, le succès n'est pas une destination mais un processus. Un processus dans lequel vous devez vous inscrire sans tarder dès maintenant. Car c'est vous qui le déclenchez. Chemin faisant, vous recevrez des signaux qui vous avertiront si vous avancez dans la bonne direction ou s'il y a quelque chose à améliorer. Lorsque vous avancez sur une route, vous la découvrez au fur et à mesure que vous avancez. Évitez de croire que vous devez avoir une totale connaissance d'un chemin avant de le parcourir. John Maxwell nous enseigne que plus vous attendez pour réaliser quelque chose que vous devez faire sur le champ, plus les chances sont grandes que vous ne l'accomplirez jamais (loi de l'intentionnalité décroissante).

Le succès n'est possible que dans le feu de l'action. Vous avez sans doute des raisons qui vous empêchent d'agir : « je ne suis pas prêt, je n'ai pas tout réuni, je n'ai personne ne veut m'aider, je n'ai pas assez de moyens, c'est trop risqué etc. ».

Ne laissez pas une simple critique détruire vos rêves. Seuls ceux qui ne font rien ne font pas d'erreurs



Albert Einstein

Toutes ces raisons peuvent être fondées mais elles sont souvent des prétextes, des excuses que vous invoquez pour justifier votre inaction. Jetez-vous à l'eau et vous résolvez les problèmes/obstacles au fur et à mesure qu'ils se présenteront. Et ces prétextes sont souvent motivés par la peur : la peur d'échouer, la peur de perdre ses amis (e), la peur de réussir etc. Si vous avez peur de vous engager sur un chemin, comment pourriez-vous la parcourir ?

Savez-vous que les obstacles n'apparaissent souvent que pour vous forcer à emprunter une autre voie ? Les obstacles vous aident à prendre conscience de l'existence d'autres voies, d'autres manières de faire. Si vous êtes déterminé à atteindre votre objectif, attendez-vous à commettre des erreurs tout le long de votre parcours et accueillez-les comme des indicateurs qui vous aident à améliorer vos actions et à avancer dans la bonne direction. Une erreur c'est juste une autre façon de faire les choses. John C. Maxwell. C'est dire que vos réussites et vos erreurs courent d'une manière ou d'une autre à l'atteinte de votre objectif.

Questions

Q.1. Si vous saviez au préalable que vous n'échouez pas dans l'atteinte de votre objectif, que tenterez-vous ? Écrivez 03 choses que vous tenterez (aussi petites soient elles) et les dates où vous les ferez.

Q.2. Quels sont les prétextes que vous avez l'habitude d'invoquer pour ne pas faire quelque chose ? Puis remplacer les par des expressions positives et motivantes. (Ex : « je ne suis pas prêt » vous le remplacer par : « je m'engage quelque soient les moyens dont je dispose » ; « Je n'ai personne pour m'aider » remplacer par : « ils sont nombreux ceux qui veulent m'aider, je vais les trouver » ; « c'est difficile » remplacer par « Tout est possible, je dois m'y mettre » etc.

Conclusion

Questions	Attitudes attendues
Q. 1.	Bravez vos peurs.
Q. 2.	Créer des dispositions qui nous motivent et vous poussent à l'action.