



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](mailto:jmutikwele@gmail.com)**

**Siteweb: [www.jacquesmutikwele.com](http://www.jacquesmutikwele.com)**

## Thème de la 11<sup>ème</sup> Semaine : Développer de l'enthousiasme.

« L'enthousiasme est à la base de tout progrès »



**Henry Ford.**

**Objectif de la Semaine :** Augmenter vos chances d'atteindre vos objectifs.

### Contexte

Que ressentez-vous lorsque vous effectuez un travail que vous n'aimez pas ? C'est une question que beaucoup de gens ne se posent pas, ou mieux ne se pose que rarement, alors que c'est ce que vivent la majorité de gens. En effet, il n'est pas rare d'entendre les gens dire : « je n'ai pas de choix, je dois faire ce travail pour vivre ; à défaut de mieux, je suis obligé de le faire ; Quand je trouverai mieux, je m'en irai etc. ». Le manque d'argent et bien d'autres circonstances dont vous n'avez pas le contrôle peuvent vous obliger à vous engager dans un travail que vous n'aimez pas. Mais cela ne peut pas vous empêcher de développer de l'enthousiasme dans vos actions, ni d'entretenir dans votre esprit des objectifs clairement définis et le désir ardent de les réaliser. Sans enthousiasme le succès n'est qu'un vœu pieux, une illusion, dit-on.

L'enthousiasme est un état d'esprit qui inspire et stimule une personne à s'engager par l'action dans le travail qu'elle doit accomplir (Napoléon Hill). C'est de l'énergie en soi. Cette énergie qui émane de vous et qui vous pousse à travailler assidûment, à faire ce que vous avez à faire avec passion et dans la joie. Il s'agit d'une force qui revitalise votre corps et vous rend plus dynamique.

Lorsque vous avez quelque chose que vous voulez absolument avoir, obtenir, réaliser, accomplir, vous sentez comme si votre énergie interne s'amplifie et vous pousse à l'action pour l'avoir.

Comme nous l'avons dit plus haut, beaucoup de gens font des choses qui ne leur plaisent pas, mais se sentent obligés de le faire pour subvenir à leurs besoins et ceux de leurs proches en attendant de trouver mieux. Ce n'est pas facile de se sentir obligés de faire des choses que l'on n'a pas envie de faire.

C'est comme si l'on vivait dans une prison. Mais comment pouvez-vous trouver de la joie et de l'épanouissement en faisant des choses qui ne vous plaisent pas ? J'aime dire que la vie est un jeu de rôle.

Chacun de doit s'investir à trouver un rôle dans lequel il peut jouer avec plaisir pour être performant et récolter des bons fruits. C'est ce que vous avez fait en vous dotant des objectifs et un plan d'action pour l'accomplir. N'est-ce pas que vous vous sentez excité et enthousiaste lorsque vous pensez à ce futur formidable que vous avez imaginé et que vous rêvez d'avoir bientôt ?

Je sais que vous seriez plus heureux si vous faisiez ce qui vous plait et vous passionne. Cependant, vous pouvez déjà développer dès à présent de l'enthousiasme dans les domaines qui comptent le plus pour vous tout en faisant ce que vous faites. Si vous estimez par exemple que vous n'êtes pas vraiment qualifié de faire ce que vous faites, pourquoi ne pas chercher à acquérir les compétences dont vous avez besoin pour le devenir ? Si vous estimez que vous êtes surqualifié, en attendant que vous puissiez trouver mieux, pourquoi ne pas chercher à bien faire ce que vous êtes. De toute façon, s'il y a quelque chose que la vie nous enseigne, c'est que nous devons toujours

« Le succès c'est d'aller d'échec en échec sans perdre de l'enthousiasme »



**Winston Churchill**

être disposés à apprendre des nouvelles connaissances, à se défaire des connaissances qui ne nous apportent rien et à réapprendre celles que nous aurions mal apprises.

Aussi, il y a moyen de trouver des raisons qui vous permettront de mieux faire ce que vous faites. Si vous effectuez un travail qui ne vous passionne pas mais si vous le faites pour parfaire la vie des gens, n'est-ce pas là une raison suffisante pour vous donner à fond ? Le fait de passer au bien que votre travail apporte à la communauté peut devenir une source d'inspiration et d'enthousiasme pour vous. L'enthousiasme vous donne de l'énergie pour réussir ce que vous faites et vous rend plus heureux dans l'accomplissement de votre tâche. Voilà pourquoi H. W. Arnold estime que l'homme qui a perdu son enthousiasme vit la pire des faillites. Qu'un homme perde tout ce qu'il a, sauf son enthousiasme, et il renoue avec le succès.

Vous perdez votre enthousiasme lorsque vous vous focalisez sur ce qui ne marche pas, sur des obstacles. Vous perdez votre enthousiasme lorsque vous vous enfermez dans un état d'esprit qui vous empêche de vous émerveiller, d'exprimer librement vos doutes, vos peurs, vos désaccords, bref dans tout ce qui est de nature à détruire votre énergie vitale. L'enthousiasme est un facteur de réussite s'il est marié à la motivation et s'il n'est pas étouffé par l'environnement. En effet, l'environnement joue un rôle important dans la conservation ou la destruction de l'enthousiasme, et donc de la réussite (Najat Alabdli).

Ainsi, pour être enthousiaste, il faut choisir de faire les choses que l'on aime, viser la réussite et non les obstacles, écouter ceux qui vous motivent, s'associer aux gens positifs et passionnés. C'est un choix que chacun de nous doit faire à un moment de sa vie, s'il veut faire de sa vie un facteur de joie et de réussite.

### **Questions**

**Q.1.** Admettons qu'on vous donne suffisamment d'argent pour subvenir à vos besoins et résoudre tous vos problèmes financiers, continuerez-vous à faire le travail que vous faites aujourd'hui ? Comment occuperiez-vous vos journées ?

**Q.2.** Est-ce que vous vous sentez enthousiaste avec ce que vous faites actuellement ? Et s'il y a quelque chose que vous devez améliorer pour trouver de la joie dans ce que vous faites, ça sera quoi ?

**Q.3.** Comment vous sentez-vous quand vous faites quelque chose qui est en relation avec l'atteinte des objectifs que vous vous êtes fixés ?

**Q.4.** Qu'est-ce que vous êtes prêt à faire chaque jour pour développer votre enthousiasme ?

**Q.5.** Est-ce que votre environnement actuel vous aide à développer et à conserver de l'enthousiasme ? S'il ne vous aide pas, que ferez-vous autrement ?

## Conclusion

Questions	Attitudes attendues
Q.1.	Connaitre ce qui vous passionne.
Q.2.	Trouvez de la joie dans ce que vous faites.
Q.3.	L'enthousiasme favorise le succès.
Q.4.	Certaines attitudes sont favorables au développement d'un état d'esprit qui inspire et stimule.
Q.5.	Vivre dans un environnement épanouissant.