

**L'OUTIL POUR ATTEINDRE**  
**LA LIBERTÉ FINANCIÈRE**  
**EN MARKETING DE RÉSEAU :**  
**LA MOTIVATION**



## Table des matières

|   |    |
|---|----|
| La motivation : un outil simple et complexe.....  | 4  |
| Qu'est-ce que la Motivation ?.....  | 8  |
| Mais qu'est-ce qui fait de nous une personne motivée ?.....                               | 9  |
| Fixe-toi des objectifs .....  | 12 |
| L'une des premières étapes pour se motiver, c'est la confiance en soi. ....               | 16 |
| Se fixer des buts personnels .....  | 19 |
| Savoir gérer son temps .....  | 22 |
| Pour réussir, votre désir de réussite doit être plus grand que votre peur de l'échec..... | 24 |
| Sois persévérant.....   | 24 |
| Gagner, c'est le contraire de perdre !.....   | 27 |
| L'ennemi numéro un de la motivation : la peur .....                                       | 29 |
| Quelques exemples de réussites : .....  | 33 |
| Les 25 clés pour entretenir ta motivation .....   | 36 |
| Conclusion :.....   | 37 |



« Donne un poisson à un homme et tu le nourris pour un jour. Apprends-lui à pêcher et tu le nourris pour toujours. »

*Lao Tseu*

Bonjour à vous,

Je me présente, je m'appelle Johnny Ross. Ma conjointe, Manon Landry et moi sommes les fondateurs de l'entreprise de marketing de réseau MACKANA inc.

Dans cette formation que tu t'apprêtes à lire, je vais te montrer comment utiliser l'outil le plus performant pour réussir ta vie, atteindre le succès, et mieux encore, pour devenir libre financièrement.

Eh oui, j'ai bien dit pour devenir libre financièrement.



Et ce formidable outil, nous l'avons tous, nous le possédons tous, il est là, tout prêt de toi et il attend tout simplement que tu l'utilises à bon escient.

Cet outil c'est **la motivation**.

Eh oui, tout simplement **la motivation**.

## La motivation : un outil simple et complexe

La motivation est un outil simple puisque tout le monde le possède, mais complexe dans sa durabilité. En effet, la motivation est souvent de courte durée. Elle tend à se volatiliser avec le temps. En d'autres mots, la motivation est à la fois quelque chose de très facile à comprendre, mais de compliqué à mettre en œuvre au quotidien.

Pour être encore plus clair, on est toujours empli de motivation au moment de prendre la décision de faire quelque chose. Mais le plus dur, c'est de l'entretenir sur le long terme. C'est ça qui fait en sorte que la motivation est si simple et si complexe à la fois.

Et c'est justement dans cette formation que je vais t'apprendre comment utiliser ce merveilleux outil qu'est la motivation afin qu'elle puisse perdurer dans le temps et ainsi te permettre de réussir ta vie, d'atteindre le succès et... tu l'as sans doute déjà deviné, à devenir libre financièrement !

Tout le monde a des rêves, mais étrangement, peu de gens les poursuivent. Tout le monde veut réussir, mais tout aussi étrangement, peu de gens font ce qu'il faut pour parvenir au succès. Je crois également que la plupart du monde aimerait être riche, mais encore là, très peu de gens y parviennent réellement.

Je me suis souvent demandé pourquoi ? Eh bien c'est parce que l'ambition est parfois mal vue. Ce que je veux dire c'est que lorsque tu as de l'ambition, que tu veux sortir du lot et accomplir de grandes choses dans ta vie, on te prend souvent pour un marginal. Une personne qui veut se faire passer pour quelqu'un qu'elle n'est pas. C'est aussi simple que ça.



Mais si tu es de ceux et celles qui veulent réussir leur vie, atteindre le succès et devenir libre financièrement, eh bien de grâce, ne les écoute surtout pas. Fais la sourde oreille. Vois grand et réalise-toi pleinement. Un pas à la fois. Un objectif à la fois. Une victoire à la fois.

Chaque pas dans cette direction est un pas vers les résultats finaux que tu veux atteindre. Chaque étape est importante. Quand on sait où on va et ce qu'on veut accomplir, c'est plus facile de se motiver.

Se motiver, c'est comprendre que chacun de tes choix peut radicalement changer ta vie. Que ta prochaine décision pourra avoir un impact majeur sur ton avenir.

Mais sache que le succès n'arrive pas en un claquement de doigts. Oh que non. Croire ceci est utopique. Au contraire, tu vas devoir travailler fort pour y parvenir. Mais le résultat n'en sera que plus gratifiant.



Ne dit-on pas qu'un avion brûle jusqu'à 80% de son carburant au décollage ? Donc, le plus difficile, c'est de se lancer !

Si tu n'as pas encore d'objectif, ne tarde pas. Le simple fait d'en déterminer va vraiment « booster » ta motivation. Et c'est de cette manière que tu pourras réaliser de grandes choses ! C'est ainsi que tu pourras réussir ta vie, atteindre le succès, voire devenir enfin libre financièrement.

### **Qu'en penses-tu ?**

Toutefois, avant que tu poursuives la lecture de ce livre, laisse-moi te poser deux questions très simples.

#### **Question 1 :**

Aimerais-tu être une célébrité que ce soit dans le domaine musical, littéraire, sportif, politique, scientifique ou tout autre ?

#### **Question 2 :**

Aimerais-tu réussir ta vie, avoir du succès et pourquoi pas être riche ?

Beaucoup de gens répondent « non » à la première question pour une multitude de raisons. Ne serait-ce que parce que nous ne possédons pas tous le talent requis pour devenir une célébrité, quelle qu'elle soit. Et toi ?

Cependant, la grande majorité des gens répondent « oui » à la deuxième question. Et j'espère que c'est ton cas ! Tout simplement parce que tout le monde désire réussir sa vie, connaître le succès et, n'ayons pas peur des mots, être riche !

Tu serais peut-être tenté de me dire que l'argent ne fait pas le bonheur, comme le vieil adage le prétend. Non, tu as raison, mais ne vaut-il pas mieux être heureux et riche qu'heureux et pauvre ?



Ce n'est certes pas un jugement de valeur de ma part, mais un simple constat. Dire le contraire, c'est jouer à l'autruche.

Mais pour atteindre la liberté financière, pourrais-tu me dire, il faut être un entrepreneur aguerri, avec tous les risques que cela comprend, travailler 80 heures par semaine, et ce, pendant de nombreuses années. Il faut également être doué, intelligent, être un leader et surtout, ne dit-on pas que ça prend de l'argent pour faire de l'argent !

Et bien, détrompe-toi ! Veux-tu savoir ce que ça prend ?

C'est très simple. Ça ne prend que de **la motivation**.

Eh oui, simplement de **la motivation**.

Et je vais t'en faire la preuve dans les pages qui suivent.

**QUAND ON EST MOTIVÉ, TOUT EST POSSIBLE**

Les gens qui manquent de motivation pensent de façon négative et se sentent impuissants. Ils se disent continuellement qu'ils « ne peuvent pas ».

Cependant, les gens qui sont motivés pensent de façon positive et se concentrent sur ce qu'ils peuvent faire.

Ils ont une attitude positive. Par conséquent, ils se sentent forts. Ils se sentent optimistes. Ils relèvent des défis.

Débarrasse-toi de tes pensées négatives. Transforme chaque pensée négative en une pensée positive. Concrètement, c'est de considérer que le verre est à moitié plein plutôt qu'à moitié vide.

## **Penser négatif est déprimant. Penser positif est motivant.**

Sois tout simplement motivé. Et dans cette formation je vais te montrer comment y arriver afin de réussir ta vie, avoir du succès et, crois-le ou non, à devenir libre financièrement.

**On y va !**

Un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité, un optimiste voit l'opportunité dans chaque difficulté.

Winston Churchill

Qu'est-ce que la  ?

La motivation, entre autres, te permet de réaliser tes désirs, d'atteindre tes objectifs et par-dessus tout, d'être une meilleure personne.

La motivation te permet également d'agrandir ta zone de confort.

En effet, la motivation va te permettre de découvrir pleins de choses qui t'étaient inaccessibles depuis ta zone de confort, notamment la réussite, le succès et pourquoi pas la richesse.

Qu'en dis-tu ?

**As-tu envie d'être une personne motivée ?**

Contre toute attente, si tu as répondu « non », c'est que tu fais partie des gens négatifs et qui ne voient que le verre à moitié vide plutôt qu'à moitié plein.

Alors, ferme ce livre à toute vitesse, il n'est pas fait pour toi.

Cependant, si, comme je l'espère, tu as répondu « oui » à la dernière question, alors tu es sur la bonne voie. Ce livre va t'en donner la solution.

**Tu es prêt ?**

C'est parti !

## **Mais qu'est-ce qui fait de nous une personne motivée ?**

Étant donné que nous sommes tous des êtres humains capables, pour la grande majorité d'entre-nous, de penser, de réfléchir, de ressentir des émotions, et possédant tous un cerveau et un cœur, alors pourquoi certaines personnes avancent dans la vie à la vitesse lumière alors que d'autres font continuellement du sur-place ? Mieux que ça, pourquoi certains réussissent tout ce qu'ils entreprennent, alors que d'autres échouent perpétuellement ?

Encore une fois, la raison en est fort simple : ceux et celles qui avancent dans la vie et qui réussissent sont tout simplement des personnes motivées !

Sache que l'on n'est pas tous motivés de la même façon et pour les mêmes raisons. Pourquoi certaines personnes sont facilement motivées alors que d'autres ne le sont pas du tout ? Il y a bien sûr plusieurs causes à cela et de nombreux facteurs peuvent modifier notre niveau de motivation.

Par exemple, si on t'annonce que tu viens de perdre ton emploi, tu ne seras sans doute pas motivé de la même manière que si on venait de t'annoncer que tu viens de décrocher l'emploi de tes rêves.

Mais il n'y a pas que cela : la peur des responsabilités, le manque de confiance en soi, le sentiment d'être totalement dénué de qualité sont quelques-unes des raisons pour ne pas être une personne motivée. Et la liste pourrait s'allonger.

**On se demande souvent pourquoi l'être humain réagit si différemment l'un de l'autre lorsqu'il se retrouve dans une même situation négative.**

Par exemple, face à une même problématique, certaines personnes vont très mal réagir. Elles se sentiront anéanties, abattues, et parfois même rejetées. Elles se diront sans doute : « C'est normal que ça m'arrive, ce n'est pas la première fois et ce ne sera pas la dernière ».

Donc, pour ces personnes-là, la façon la plus simple de s'en sortir, ou du moins d'avoir l'impression de s'en sortir, se sera de s'apitoyer sur leur sort en espérant que quelqu'un veuille bien les prendre en pitié, au lieu de se retrousser les manches et de se battre.

Par contre, il y a l'autre personne qui, elle, toujours devant la même situation, ne réagira pas du tout de la même manière. Elle va plutôt prendre cette situation-là bien en main et y fera face positivement et verra ça comme une nouvelle expérience dans sa vie. Elle prendra également tous les moyens et toutes les dispositions nécessaires afin que cette mauvaise situation ne se répète plus.

### **Qu'est-ce qui différencie ces deux personnes ?**

Tu l'as sans doute encore une fois déjà deviné : Eh oui, c'est simplement **la motivation.**

Je sais, tu vas me dire que ce n'est pas toujours facile de se motiver et je te répondrai que tu as tout à fait raison et j'en suis très conscient.

Mais ce n'est pas une raison suffisante pour se laisser aller à la déprime chaque fois qu'il se passe quelque chose qui ne fait pas notre affaire ! La vie est bourrée de choses qui ne feront pas notre affaire ! Est-ce une raison pour baisser les bras et tout laisser tomber !

Encore une fois, tu pourrais être tenté de me dire que c'est facile de se motiver quand tout va bien dans notre vie. C'est facile lorsqu'on a un bon emploi, une belle maison, une jolie voiture et que nous sommes pleinement heureux en couple. Tu vas me dire que la motivation n'a pas besoin d'un grand coup de pied au derrière dans ce cas-là.



## **Eh bien, détrompe-toi !**

C'est certain qu'on veut tous une belle maison, une jolie voiture et tout le tralala, mais ça n'a absolument rien à voir avec la motivation.

**C'est à toi de faire en sorte que la motivation soit au rendez-vous lorsque la situation l'impose.**

Par exemple, disons que tu t'es levé un matin avec une idée de génie, une idée qui te donne des ailes. Et tu es fou de joie et plein d'enthousiasme devant ce nouveau projet. Tu cours en faire part à une personne de ton entourage qui te répond que ton idée n'est pas plausible et que c'est voué à l'échec.

Tu as maintenant l'impression qu'on vient de te couper les ailes. Toi qui pensais que ce projet allait donner un nouveau sens à ta vie. Tu es cruellement déçu. Quelqu'un, quelque part, venait de t'enlever ta motivation.

Mais encore une fois, est-ce une raison de tout laisser tomber ?

**Bien sûr que non !**

Au contraire, démontre à cette personne que tu avais raison de croire en ton rêve.



**Et la meilleure façon de le lui démontrer, c'est de réussir.**

Et ça, c'est la motivation qui va t'amener à ce résultat.

**Le rêve est une réalité qui attend simplement que l'on parvienne jusqu'à elle.**

## **Fixe-toi des objectifs**

Pour garder le cap sur ta motivation, et bien **tu dois te fixer des objectifs**, et une fois tes objectifs clairement établis, il faut savoir se discipliner. C'est primordial.

Commence par définir les priorités de tes objectifs en te concentrant sur ceux qui sont réalisables en partant du plus important pour éviter tous déceptions et découragement.

### **Sois méthodique ! Comme on dit : une chose à la fois...**

Veille à ce que tes objectifs ne soient ni trop simples ni trop complexes. Certaines personnes ont tendance à être trop exigeantes envers elles-mêmes et d'autres, trop peu.

Lorsque tu te fixes des objectifs et des sous-objectifs, prends le temps de voir s'ils sont à ta mesure.

Si tes exigences sont trop élevées, il est fort possible que tu sois incapable d'atteindre tes buts. Si tes objectifs sont trop facilement atteignables, tu ne te dépasseras pas et tu ne vivras pas le sentiment salutaire et très jouissif d'avoir donné beaucoup.

Autrement dit, compare tout projet à un jeu, à un casse-tête par exemple, et demande-toi s'il est trop difficile ou trop facile. Fixe tes buts de manière qu'ils te permettent d'apprendre et d'évoluer et non qu'ils te mettent dans une situation d'échecs répétés.

N'oublie surtout pas que d'avoir choisi ce nouveau défi, c'est de t'offrir une chance de réussir dans la vie, de te développer et de prendre l'habitude de croire en toi-même.

Plus tu seras précis dans tes objectifs, plus il sera facile de maintenir ta motivation.

Tu dois impérativement te faire confiance et saisir tous les outils qui s'offrent à toi afin de maintenir ta motivation et ta satisfaction personnelle.

De petits choix peuvent mener à de grandes décisions. Fixe-toi des objectifs réalistes. Tu auras ainsi de plus grandes chances de les atteindre et d'éviter la frustration. Fais-toi une image claire des étapes par lesquelles tu auras à passer. Tu peux les écrire quelque part pour que tu puisses les avoir à l'œil quotidiennement. C'est une énorme source de motivation.

Donne-toi également une date butoir quand cela est possible. L'intérêt de cette date limite est de donner une impulsion suffisamment motivante à ton cerveau pour te maintenir constamment en action. C'est primordial.



Par contre, ne dis pas dans quatre mois, car tu risques dans quatre mois de redire dans quatre mois et ainsi de suite, dis plutôt le 1<sup>er</sup> septembre, cela rend l'objectif plus concret et en te fixant une date butoir, il sera plus difficile pour toi d'y échapper.

L'autre aspect que révèlent ces dates, est que l'être humain a souvent tendance à surestimer ses capacités. Le premier réflexe est qu'il écrit ses objectifs à court ou moyen terme. Pas tellement à long terme. Un an au maximum pour lui, et hop !

Ce que je tente de t'expliquer ici c'est que tu peux te fixer des objectifs à réaliser à court ou moyen terme puisqu'ils sont davantage motivateurs que ceux à long terme qui peuvent parfois faire peur et décourager.

Cependant, et aussi étrange soit-il, l'être humain sous-estime ses capacités à réaliser ses objectifs dans le long terme. Il ne voit que le court terme. Eh bien non ! Il faut voir le long terme dans une échelle de 3 à 5 ans, et même 10 ans si tu veux espérer pleinement réaliser tous tes objectifs.

Il faut donc un équilibre entre tes objectifs à court et moyen termes et ceux également à long terme. Alors quand tu fais le plan de tes objectifs à réaliser, ne pense pas seulement en termes de semaines et de mois, mais aussi en termes d'années. C'est crucial si tu veux conserver ta motivation au top niveau.

Détermine des indices qui te feront savoir que tu progresses sur cette route ou que tu as atteint ton but. Sois fier des efforts que tu déploies en cours de route. Tu n'es pas obligé d'être arrivé au but pour constater la valeur de ces efforts. Prends plaisir au trajet que tu accomplis. Fais de petits pas.

### **Tu sais, Rome ne sait pas bâti en un seul jour.**



Alors, vas-y étape par étape, progressivement, sans que la barre soit trop haute. Lorsque l'on grimpe dans une échelle, on ne saute pas sur le sixième barreau, on commence par le premier, il en est de même avec tes objectifs.

Les échecs temporaires font partie de tout processus de changement. Ils ne deviennent permanents que lorsque tu abandonnes trop rapidement tes efforts. Il arrive que, pour progresser, on doive monter trois marches, en descendre une, puis monter de nouveau trois marches.

La persévérance finit tout de même par mener au sommet de l'escalier. Et, plutôt que d'interpréter cette étape comme la fin du changement, réoriente-toi et reprends la route !

Si devant un défi à relever, tu te dis : « c'est trop difficile, je n'y arriverai pas, ça ne sert à rien d'essayer », tu risques de te sentir incompetent et impuissant, et ça risque de démolir dangereusement ta motivation.

C'est pourquoi il est important, voire essentiel, de te récompenser pour chacune de tes réussites.

En effet, pour te maintenir concentré sur le but que tu t'es fixé, il est nécessaire de stimuler ta motivation. Pour se faire, pense à la récompense qui t'attend à l'accomplissement de tes objectifs, quels qu'ils soient.

Dans tous les cas, il faut garder en tête le but pour conserver un certain degré de motivation.

Cette méthode est efficace même pour atteindre les objectifs les plus ambitieux. Elle te permettra de cultiver ta persévérance. Il va de soi que plus ton objectif est ambitieux, plus la récompense devrait être importante.

Donc, plutôt que regarder ce qui reste à faire, regarde ce qui est fait. Cesse de te critiquer inutilement. Au contraire, félicite-toi ! Et dis-toi : « C'est super, j'ai réussi, je continue, et je m'améliore. »

Il est reconnu que plus on progresse vers l'atteinte d'un objectif, plus on est motivé à poursuivre. Un peu comme un coureur de marathon, par exemple. Pour ça, il est inutile d'attendre de se sentir prêt et motivé avant de commencer. La motivation vient après l'action. C'est comme quand on s'inscrit dans un gym, pour se remettre en forme.

**Qu'est-ce qui te semble le plus difficile, selon toi ?**

Ce n'est pas de s'entraîner, mais de se rendre au gym. Toutefois, sois assuré que si tu y vas, tu auras déjà hâte à la prochaine fois. Ton niveau de motivation est donc beaucoup plus élevé lorsque tu t'entraînes qu'au moment où tu étais chez toi et que tu te demandais si tu devais y aller.

Donc, le principe de base s'est : **ACTION — MOTIVATION — ACTION**

Se fixer des objectifs, c'est apprendre à choisir, à faire de l'ordre dans ses pensées et à établir des priorités.

**La pauvreté n'a rien à voir avec ce qu'on a dans les poches et tout à voir avec ce qu'on a dans la tête.**

**L'une des premières étapes pour se motiver, c'est la confiance en soi.**

Selon moi, le défi avec la motivation, c'est qu'il n'existe qu'un seul genre de motivation, et c'est la motivation personnelle. La motivation personnelle est sans doute la forme la plus puissante de motivation. Tu n'es pas en train de changer ou d'atteindre des objectifs plus élevés pour quelqu'un d'autre, mais tu es tout simplement en train d'entreprendre ces choses pour toi-même.

Tu dois te motiver pour agir. Il est certain que tu peux assister à des ateliers et des conférences pour y entendre de grands conférenciers qui te motivent pour une journée ou une heure. Leurs discours sont très émouvants, très inspirateurs et tu te sens très motivé à la fin de l'atelier cette journée-là.

Mais un incident peut survenir durant la journée, la soirée ou à ton réveil le lendemain, et tu te sentiras très loin d'être motivé. Nous devons alors nous replacer en mode de motivation.

Je me souviens très bien que lorsque j'étais un jeune adolescent et que j'allais voir les films de Bruce Lee, je sortais de la salle de cinéma complètement motivé. J'avais l'impression d'être invincible et d'être un véritable champion de karaté jusqu'au moment où, de retour à la maison, je me pratiquais avec mes nunchakus et que j'en recevais un violent coup sur le front. Crois-moi, j'étais loin de me sentir très motivé à ce moment-là.



Il fallait alors me replacer en mode motivation et continuer à m'entraîner.

Bien sûr, je ne suis jamais devenu un champion de karaté et ni un expert en maniement du nunchaku, mais ça c'est une toute autre histoire.

**Pour moi, la motivation est un engagement. Un engagement à 100 %.**

Par engagement, je veux dire un engagement total. L'engagement, c'est un peu comme être enceinte : vous l'êtes ou vous ne l'êtes pas. Cela ne donne rien de s'engager partiellement. C'est s'illusionner. Nous devons avoir le sentiment d'un engagement entier. Des tas de gens autour de nous ne s'engagent que lorsqu'ils en ont envie. Crois-tu que ce soit suffisant ?

**Tu sais, il n'est jamais trop tard dans la vie. Tout est une question de motivation.**

Pour preuve, j'ai fait un retour aux études à 36 ans après avoir passé 20 ans dans le domaine musical. Je voulais devenir enseignant. Cette décision allait radicalement changer ma vie.

Pourtant, pleins de gens autour de moi ont tenté, sans méchanceté bien sûr, de me dissuader de faire ça, ils étaient persuadés que j'avais perdu la raison.

Ils m'ont dit que ça n'avait pas de sens de retourner aux études avec de jeunes enfants et des responsabilités familiales, que neuf ans d'études à temps plein, c'est l'éternité et que je ferais bien mieux de me trouver un emploi stable.

« De toute façon, m'ont-ils dit, tu ne trouveras sûrement pas d'emploi comme enseignant au collégial étant donné ton âge, car tu auras 44 ans lorsque tu auras terminé tes études. »

Quoi qu'il en soit, j'ai passé outre leurs commentaires. Je me suis fait confiance, un pas à la fois, et j'ai réussi à tout d'abord décrocher un diplôme d'études collégial, par la suite un baccalauréat et finalement une maîtrise en littérature.

C'est certain que le chemin qui m'y a mené a été long et parsemé de très nombreuses embûches : problèmes d'argent, hautes responsabilités familiales, manque de temps, impression de ne jamais y parvenir, etc.

Mais j'y suis arrivé. Contre vents et marée. À la surprise de tous ceux et celles qui, au départ, n'avait pas cru en moi, je suis devenu enseignant en littérature et bien plus encore...

Comme quoi, tout est possible. J'avais confiance en moi et j'étais pleinement motivé.

Rappelle-toi l'adage qui dit : « **Quand on veut, on peut !** » Ce n'est pas toujours facile, mais rien n'est impossible. Il suffit d'être un tant soit peu motivé.

**Et toi, l'es-tu ?**

« Tout ce que l'esprit peut concevoir,  
tout ce en quoi il peut croire, il peut  
aussi le réaliser. »

Napoleon Hill

## Se fixer des buts personnels

Les buts sont les outils qui t'aident à prendre des décisions. Chaque jour, tu rencontres des choix ou des embranchements sur la route. Quand tu as un but, il est plus facile de faire les choix et de savoir quelle route prendre.

En d'autres termes, un but agit comme un poteau qui t'indique le chemin. Sans buts, tu tourneras en rond sans jamais arriver là où tu veux aller. Une fois que tu as atteint ton but, il est important de t'en fixer un autre.

Voici quelques principes à garder en mémoire lorsque tu te fixes des buts personnels :

### 1. Sois positif

Détermine ce que tu veux faire. Si tu veux éviter ou ne plus faire quelque chose, établis ton but en précisant ce que tu veux faire à la place.

### 2. Fixe une date limite

Suppose que tu sois train d'apprendre à tirer à l'arc, mais que tu n'as pas de cible, et que tu t'entraînes en visant les nuages. Quelles chances as-tu de devenir un bon tireur à l'arc ? Il est probable que tes progrès seront très lents ! Il te faut une cible pour viser et tirer. Une limite fournit une telle cible, en te donnant quelque chose à viser.



### 3. Sois précis

Suppose maintenant que tu as une cible, mais que tu ne puisses voir où vont tes flèches. Là encore, tes progrès de tireur à l'arc seraient lents. Tu as besoin de voir où est allé le dernier tir, pour que tu puisses ajuster le suivant. Ce retour d'information t'aide à mesurer tes progrès vers le but. Pouvoir mesurer t'aide à déterminer si oui ou non tu as atteint ton but. Plus ton but est précis et plus il est facile de mesurer tes progrès.



Imagine que la batterie de ton véhicule est morte et que tu dois le pousser pour le faire démarrer. Le plus grand effort pour faire bouger la voiture, c'est la première impulsion. C'est lorsque tu brises l'inertie et que la voiture passe de l'état immobile au mouvement.

La partie la plus difficile dans la réalisation d'un but, c'est de commencer. Avant que tu commences à travailler sur ton but, tu es un corps au repos. Tu dois briser cette inertie et mettre ton corps en mouvement. Une fois que tu es en mouvement, il est plus facile de continuer.

Le secret du commencement : avancez petit à petit. Ceux qui ont vraiment réussi ne possèdent pas nécessairement un savoir, une habileté ou une éducation extraordinaire. Ce qu'ils détiennent par contre, c'est le sens de l'orientation, la confiance, la ténacité et l'engagement envers leur objectif de vie.

**Pour ça, je vais te demander de faire un petit exercice pour vérifier ton positivisme, ton enthousiasme, bref, ta motivation.**

Tu vas voir, c'est un exercice extrêmement simple.

Une des excellentes manières de maintenir ta motivation à son maximum et être empreint de pensées positives c'est de te remémorer tes petites et grandes réalisations.

Le fait de te souvenir de ces victoires va te permettre de te replacer dans le même état d'esprit que lorsque tu les as vécues.

C'est une façon extrêmement efficace pour rester positif, enthousiaste et motivé.

### **Comment procéder pour faire cet exercice?**

Très simple ! Tu vas faire l'inventaire de tes succès les plus importants de ta vie. Tu peux demander l'aide de tes parents, ta ou ton conjoint(e) et même de tes enfants, s'il y a lieu.

Dans un premier temps, tu dois diviser ta vie en trois périodes de temps égaux.

Par exemple, si tu as 27 ans, alors tu obtiens trois périodes de neuf ans :

- de 0 à 9 ans
- de 9 à 18 ans
- de 18 à 27 ans

Par la suite, tu dois te remémorer chacune de ces périodes de ta vie et d'en faire ressortir trois de tes plus grandes réussites, et ce, dans chacune de ces périodes (ce qui veut dire neuf réalisations).

Il faut absolument qu'il s'agisse d'une victoire personnelle pour laquelle tu as ressenti énormément de bonheur et de fierté en l'obtenant.

Voici un exemple fictif de ce que cela pourrait donner :

#### **Période de 0 à 11 ans :**

1. J'ai gagné le premier prix dans un concours de dessin.
2. J'ai réussi la dictée nationale sans aucune faute et ma mère était très fière de moi.
3. Malgré ma timidité, je me suis rendu en finale provinciale au concours d'art oratoire.

### **Période de 11 à 22 ans :**

1. J'ai sauté une année scolaire grâce à mes excellents résultats.
2. J'ai chanté sur scène lors de mon bal de finissant et j'ai été chaleureusement applaudi.
3. J'ai réussi à obtenir un emploi de rêves alors que rien ne m'y prédestinait.

### **Période 22 à 33 ans :**

1. J'ai arrêté de fumer à l'âge de 25 ans alors que je m'en croyais incapable.
2. Un an plus tard, j'ai couru mon premier marathon.
3. À 32 ans je devenais indépendant financièrement alors que tout mon entourage m'avait prédit que c'était impossible et que je n'y arriverais jamais.

Cet exercice va faire renaître en toi la motivation, l'enthousiasme et la certitude que tu peux obtenir tout ce que tu veux de la vie.

Et tout ça grâce à **la motivation**.

### **Savoir gérer son temps**

D'abord, il faut évaluer le temps que l'on veut investir dans la réalisation de son projet. Combien d'heures vas-tu lui accorder par semaine ou par jour ?



Il faut aussi se demander si l'on est prêt à changer de rythme de vie, à réaménager son emploi du temps en fonction des défis qui t'attendent.

En effet, il faut savoir faire preuve d'autodiscipline et si on désire réellement obtenir des résultats satisfaisants, et on risque de devoir faire quelques sacrifices pour y arriver.

Aussi ironique soit-il, il faut absolument apprendre à gérer sa liberté. Donc, si tu ne veux pas risquer d'abandonner en cours de route, il faut que tu saches gérer ton temps de façon adéquate.

La manière dont tu te gères aura un impact direct sur ta motivation et ta satisfaction professionnelle. Ceux qui savent bien se gérer aiment faire ce qu'ils font parce qu'ils ont davantage de résultats et s'accordent davantage de crédit.

Si tu uses de menaces et de critiques pour t'obliger à travailler, si tu remets à plus tard ou si tu exiges la perfection, tu es sans doute beaucoup moins productif que tu le pourrais.

Tu peux améliorer la qualité de ton travail et obtenir plus souvent d'excellents résultats en sachant mieux te gérer toi-même.

Te gérer n'est pas une question de volonté, mais un déploiement de techniques simples, mais efficaces telles que

- Savoir s'amuser en récompense d'un travail ennuyeux
- Se féliciter soi-même
- Se laisser aller de temps en temps
- Fragmenter les tâches lourdes en étapes jouables

Voici les outils pour t'aider à mieux te gérer

- Te fixer des buts
- Te fixer des objectifs



Pour réussir, votre désir de réussite doit être plus grand que votre peur de l'échec.

## **Sois persévérant**

La persévérance se mesure en termes de temps que tu vas accorder à ton projet. La persévérance est un indicateur de réussite : plus on consacre temps et énergie plus on a de chance de réussir.

Mais peu importe le temps investi, il faut également fournir des efforts de qualité et ne pas renoncer à la première difficulté.

Parfois il nous arrive d'avoir une idée, un rêve que nous souhaitons réaliser, on est très motivé, on est même passionné par cette nouvelle idée. Tout à coup, au moindre obstacle, ou si le temps s'étire un peu, on perd foi et nous abandonnons pour un autre rêve. C'est souvent relié à un manque de persévérance.

**Être persévérant, c'est apprendre à ne pas abandonner au moindre obstacle.**

C'est d'être capable de se fixer des objectifs, de diviser les tâches à accomplir en plusieurs étapes, pour rendre le tout moins difficile, d'avancer pas à pas, de trouver des solutions aux difficultés ou aux obstacles, de revenir sur ce qui a été accompli et de ne pas tomber dans l'acharnement, l'entêtement, l'obstination.

Être persévérant, c'est d'être capable de constance, de patience, de persistance, de ténacité et d'assiduité. Persévérer consiste en partie à terminer ce qu'on entreprend, à mener ses activités à terme.

On peut le faire même quand ses objectifs à long terme sont flous. Il s'agit alors d'avoir de petits objectifs à court terme qui pourront permettre d'évoluer vers celui à long terme.

Il y a un temps pour chaque chose. Après le rêve, après la réflexion, après l'établissement de ses priorités, vient le temps d'agir au jour le jour.

Il y a une façon extraordinairement simple d'évoluer vers ce qu'on souhaite, c'est d'agir plutôt que de se contenter de parler. Or, un des moyens d'agir consiste à faire un pas à la fois.

Il n'est nullement nécessaire - c'est parfois même mauvais - d'agir avec trop d'insistance ou de trop en faire ; il vaut mieux découper la tâche en multiples sous-tâches.

Quels que soient tes projets, fais un pas vers leur réalisation quotidiennement.



Imagine un instant que la vie est un jeu de société. Pense à ton jeu préféré : le Monopoly, les échecs, un jeu informatique que tu aimes bien. Lorsque tu y joues, tu te trouves devant de multiples problèmes, mais tu y fais face avec plaisir et une légère appréhension qui ne fait qu'ajouter à la joie éprouvée.

Pourtant, dans la vie de tous les jours, nous nous laissons souvent submerger par les problèmes et nous les percevons comme des fardeaux qui ne nous procurent que des peines.

Or, si on y pense à deux fois, on se rend compte qu'un problème est en réalité un défi, un conflit à résoudre et qu'il est souhaitable et rentable de le percevoir comme quelque chose d'amusant plutôt que comme quelque chose de démobilisant.

Regarde autour de toi, les gens qui persévèrent dans leurs entreprises, leurs projets, sont en fait des gens qui jouent, qui s'amusent, qui ne se laissent pas abattre par les problèmes, mais, au contraire, s'en trouvent stimulés.

Une attitude constante et persévérante permet de ne pas fuir devant ses problèmes, de simplement les regarder en face. Garder une certaine distance par rapport à eux est une bonne manière de ne pas se laisser envahir.

Nous nous imaginons que nous serions heureux sans problèmes, alors que dans les faits, si la vie ne nous posait pas quelques défis bien sentis, nous serions dans un état d'ennui profond. Quand les succès s'additionnent, on acquiert une fierté de soi bien légitime.

Lorsque tu échoues à résoudre un problème, vois-en les conséquences, fais un bilan puis, au lieu de te laisser démoraliser, profite-en pour apprendre, pour tirer une leçon de l'expérience.

Il est important de te rappeler que dans tout projet, il y a d'abord un rêve, puis par la suite des épreuves et ensuite la victoire. Le problème, c'est que la plupart des gens renoncent à leur rêve à la moindre épreuve, et n'ont donc pas le plaisir de jouir de la victoire.

Ça prend du courage et de la volonté pour commencer un projet, passer à l'action, faire face aux épreuves pour en arriver finalement à savourer cette sublime victoire. Mais ça prend surtout de la persévérance.

**La persévérance** est l'une des clés qui te conduira vers la réussite.



Celui qui attend que tout danger soit écarté pour mettre les voiles ne prendra jamais la mer.

Thomas Fuller

## Gagner, c'est le contraire de perdre !

En effet, gagner, c'est le contraire de perdre. Et pour réussir, tu te dois de gagner.



Pour gagner finalement, tu dois savoir que tu auras probablement à subir quelques pertes en cours de route. Mais c'est la différence entre un perdant et un gagnant. Car si tu continues d'essayer, tu deviendras un champion. Tu réussiras un jour. Ce n'est qu'une question de temps. Les chances sont pour toi, pas contre toi.

Il y a tellement de gens dans l'histoire qui ont réussi simplement parce qu'ils ont essayé, échoué et réessayé jusqu'à ce qu'ils aient atteint la réussite. Tout comme toi. Crois-y. Crois en toi. Aie foi en toi. Si tu crois que tu peux réussir, tu réussiras.

Une bonne planification suppose l'établissement d'objectifs à atteindre. Un examen approfondi de tes motivations te permettra de formuler des objectifs réalisables. Ces questions et plusieurs autres t'aideront à découvrir les motifs réels qui t'animent.

Ne perds jamais de vue que ton projet doit reposer sur des bases solides. Prends le temps d'analyser sérieusement tes intentions pour ne pas te retrouver au point de départ dans quelques semaines.

Quand nous avons un objectif bien défini, un but précis, nous pouvons contrôler, ajuster et réajuster notre route jusqu'à ce que nous atteignons notre but.

Au sein de cet équilibre, nous devons nous accorder un peu de liberté pour nous détendre et prendre du temps de repos, car parfois nous avons envie de ne rien faire du tout, si ce n'est de nous asseoir et de nous reposer l'esprit pendant un certain temps.

Il est important de comprendre que c'est très bien de prendre du temps de repos. Nous devons inclure dans notre horaire, du temps pour récupérer nos forces et nous préparer pour les prochains défis que la vie lance sur notre route, et pour réaliser les buts que nous nous sommes déjà fixés.



Le repos est l'un des aspects fondamentaux de ta réussite. Malheureusement, trop de gens se brûlent au travail et doivent ensuite ramasser les morceaux, et c'est très long. Nos corps ont besoin de repos, certains plus que d'autres. Profites-en et reviens à la tâche, reposé.

Si tu crois en tes buts, ton esprit y croira aussi. Et rappelle-toi, il n'y a que toi qui puisses le faire. Personne d'autre, juste toi. Un autre secret important du succès, c'est de fixer tes buts et de connaître ta destination.

**La peur n'est qu'un état d'esprit [...] Mais elle suffit à détruire toute chance de réussite dans n'importe quelle entreprise.**

**Napoleon Hill**

## **L'ennemi numéro un de la motivation : la peur**

La peur peut parfois nous priver de persévérance. On abandonne un projet sans raison juste ; on ne sait pas trop pourquoi, quelque chose nous retient ; on s'écoute trop, on a peur.



### **Peur de quoi ?**

Peur de l'échec, peur du rejet, peur de faire face à la réalité, peur de perdre la face, peur de souffrir, peur de s'engager, peur de faire le mauvais choix, peur de perdre le contrôle, peur de prendre le contrôle, peur... de la peur.

La peur fait partie de notre vie, tout comme les problèmes. La peur de l'échec est très répandue ; elle prend racine dans le désir de gagner et dans l'idée que ce que pensent les autres est important.

À penser ainsi, on ne ferait jamais rien. On peut perdre une bataille, deux même, puis gagner la troisième. Il ne faut pas perdre cela de vue.

Aussi, on se laisse souvent impressionner par ce que pensent les autres de nos projets, de nos réussites ou de nos échecs. Or, les autres ne sont pas dans notre peau, ils ne vivent pas notre vie. La peur du rejet est aussi provoquée par ce que pensent les autres.

N'aie pas peur d'échouer. On ne peut évoluer ni s'améliorer si nous ne sommes pas prêts à accepter un certain nombre d'erreurs.

## **La peur de l'échec tue l'ambition.**

Il existera toujours des gens pour nous dire d'être réalistes, des gens qui semblent nés pour détruire nos rêves et nous empêcher de voir grand.

Bien heureusement, il existera toujours une minorité de gens pour nous aider à atteindre nos buts.

Alors, l'une des meilleures options pour vaincre la peur, c'est de s'entourer de gens positifs. Tout simplement parce que les pensées sont contagieuses. Et qu'on se le dise, les pensées des autres, leurs paroles également vont s'implanter dans ton esprit et risquer fort bien de t'influencer dans le bon sens du terme.

**En t'entourant de personnes positives, tu gonfleras ton esprit de pensées positives.**

Donc, avoir le soutien de ses proches est un atout précieux, mais on ne l'a pas toujours, mais encore là, c'est loin d'être une raison suffisante pour se laisser arrêter sur la route de la réalisation de soi.

**Mais la peur de réussir ou, pire encore, d'atteindre la liberté financière va encore plus loin.**

Et là, je risque de te faire tomber de ta chaise. Tu es bien assis ? Es-tu prêt à concevoir l'inconcevable ?

L'un des plus gros obstacles qui empêchent la plupart du monde à devenir libre financièrement, attention ça va donner un grand coup...

## C'est la peur de la pauvreté !



Oui ! Oui ! C'est bien ce que j'ai écrit. Ce n'est pas une erreur. C'est la pure vérité.

Crois-le ou non, mais il a été prouvé que la peur de perdre s'avère plus forte que l'appât du gain. **Incroyable, n'est-ce pas ?**

Et pourquoi la peur de la pauvreté peut, à ce point, empêcher les gens d'accéder au succès, à la richesse, me demanderas-tu ?

La raison en est très simple, une grande majorité de personnes imagine toujours le pire des scénarios. C'est gens-là croient que tout pourrait être pire. Ils se disent : « Je possède peu de chose, mais je l'ai. »

En d'autres mots, ils se disent : « J'ai un salaire de crève-faim, mais j'ai au moins un emploi. »

## Pathétique, me diras-tu ?

Pour preuve, la plupart des gens travaillent toute leur vie pour un salaire de misère de crainte de tout perdre.

**La peur de la pauvreté tue la motivation** et détruit toute forme d'enthousiasme. Elle risque de conduire la personne qui en souffre à de l'incertitude, de l'indécision et pire encore, à de l'immobilisme.

Napoleon Hill a classé en six points la peur de la pauvreté qu'il appelle les six fantômes de la peur :

1. **L'indifférence** : on accepte la pauvreté par manque d'ambition.
2. **L'indécision** : on est incapable de prendre une décision, de réfléchir adéquatement et positivement.

3. **L'ennui** : On se néglige, on s'apitoie sur soi, et on laisse les choses aller sans rien faire pour tenter d'améliorer notre situation.
4. **Le doute** : On est une victime et on doute de tout. Et pour en justifier la cause, on trouve toujours des excuses. Voici d'ailleurs quelques exemples d'excuses :
  - Je n'ai jamais eu de chance.
  - Je n'ai pas d'argent pour me lancer en affaires.
  - Je ne suis pas assez intelligent pour faire ça.
  - J'ai eu une enfance difficile.
  - C'est la faute de mon patron/ma femme/mon mari/mes parents/la société.
  - Je ne peux pas prendre le risque de tout perdre.
5. **L'excès de prudence** : on ne voit que le mauvais côté de la médaille, que les risques et l'éventualité d'échecs au lieu de voir les opportunités, les possibilités de réussite et pourquoi pas celles de devenir riche.
6. **La procrastination** : l'art de tout remettre à plus tard. On repousse tout et par la force des choses, on finit par ne rien faire du tout. La procrastination crée une habitude qui engendre l'immobilisme.

### **Et toi, as-tu la peur de la pauvreté ?**

Étant donné que les peurs sont souvent enfouies dans l'inconscient, qu'ils se tapissent dans l'ombre, il s'avère donc important de bien cibler nos peurs, d'être capable de bien les identifier en se posant notamment les bonnes questions. Par exemple :

- Est-ce que tu as peur de la compétition et de ce que cela implique ?
- Est-ce que tu crains les sacrifices que tu auras à faire pour réussir ?
- Est-ce que c'est tout bonnement l'échec qui t'effraie ?
- Etc.

Lorsque tu auras clairement mis le doigt sur tes peurs, tu seras alors mieux outillé pour réussir ta vie, atteindre le succès et poursuivre ton chemin vers la liberté financière.

« Traitez les gens comme s'ils étaient ce qu'ils pourraient être et vous les aiderez à devenir ce qu'ils sont capables d'être. »

*Goethe*

## Quelques exemples de réussites :

- Pendant longtemps on a cru qu'aucun humain ne pourrait franchir le mille en moins de quatre minutes. En 1945, Gunter Haegg est passé tout près en 4,01,4. Mais les experts restaient convaincus qu'il était humainement impossible de franchir la barre des 4 minutes. En 1954 Roger Bannister réussit l'exploit en 3,59,4. Dès que la barrière infranchissable fut tombée, plusieurs athlètes réussirent à courir le mille en moins de quatre minutes et même parfois avec une relative facilité. En très peu de temps, le record a été amélioré 66 fois par 26 hommes. Ce n'est pas seulement une question de compétition. Ce que Bannister a fait découvrir aux coureurs qui lui ont succédé, c'est que l'impossible était possible.
- Bette Nesmith Graham inventa le correcteur liquide. Elle était secrétaire, mais ne tapait pas très bien à la machine. En dehors de son travail, elle faisait de la peinture et avait remarqué que les artistes n'effacent jamais leurs erreurs, mais peignent par-dessus. Alors, elle utilisa de la peinture blanche pour couvrir ses fautes de frappe. Lorsque toutes ses collègues se mirent à emprunter sa peinture, elle décida de créer un produit de meilleure qualité et de le vendre. Pendant plusieurs années, elle travailla sur son invention dans sa cuisine et son garage. Lorsqu'elle réussit à obtenir une peinture qui sèche rapidement et qui soit en harmonie avec le blanc du papier, elle la mit en bouteille et la vendit avec l'aide de son fils. Elle offrit son produit à plusieurs grands fabricants de matériel de bureau (IBM), mais il n'était pas intéressé. À sa mort, elle laissa une fortune de 50 millions de dollars.

- Charles Schwab, qui a dirigé toutes les aciéries d'Andrew Carnegie, était aux prises avec un directeur d'aciérie dont les hommes ne produisaient pas leur quota. Le directeur lui a dit qu'il avait parlé aux hommes, qu'il les avait même menacés de congédiement, mais rien à faire. Ils ne produisaient pas plus. Lorsque le quart de jour a quitté, monsieur Schwab a pris une craie et il a demandé à un des employés qui sortait de l'usine, combien de fourneaux votre équipe a-t-elle fais aujourd'hui ? « Six », lui répondit l'homme. Schwab inscrivit un gros 6 sur le plancher et quitta. Quand les hommes du poste de nuit arrivèrent, ils demandèrent aux employés de jour ce que signifiait ce 6, on leur répondit : « Le grand patron a indiqué sur le plancher le nombre de fourneaux que nous avons fait aujourd'hui ». Le lendemain lorsque Charles Schwab se présenta à l'usine. Les gens de l'équipe de nuit avaient effacé le 6 pour le remplacer par un gros 7. Lorsque les employés de jour virent le gros 7 sur le plancher, ils se sont dit qu'ils étaient bien meilleurs que ceux de nuit et ils travaillèrent avec enthousiasme et, à la fin de la journée, ils inscrivirent un énorme 10 sur le plancher. En moins de deux semaines, l'usine produisait plus que toutes les autres usines de l'industrie.
- Albert Einstein, l'un des plus grands génies du 20e siècle, a commencé à parler à quatre ans seulement, et à lire à sept ans. Il se verra refuser un poste d'enseignant à l'université de Zurich prétextant qu'il n'était pas assez doué.
- Un directeur de journal a congédié Walt Disney parce, selon lui, il manquait d'imagination. Par la suite, il s'est vu refuser ses caricatures par de nombreux rédacteurs qui lui disaient de laisser tomber, qu'il n'avait aucun talent.
- J.K. Rowland, l'auteur de Harry Potter verra son manuscrit refusé par une douzaine de maisons d'édition.
- Bien des gens de l'industrie musicale ont dit à Elvis Presley qu'il devrait songer à retourner conduire des camions. La compagnie de disques Decca

a refusé de signer un contrat avec Les Beatles, prétextant que les groupes de guitare n'avaient pas d'avenir. Charles Aznavour s'est vu refusé par presque toutes les maisons de disques, on disait de lui qu'il ne savait pas chanter.

- Harland David Sanders, mieux connu sous le nom de Colonel Sanders et surtout pour sa célèbre marque de poulet frit, M. Sanders a connu 1 009 refus face à sa recette avant qu'un restaurateur finisse par accepter son concept.
- Michael Jordan, joueur de basketball mondialement admiré pour son talent hors pair et considéré par beaucoup comme le meilleur basketteur au monde, celui-ci commença son expérience dans ce sport en étant tout simplement écarté de l'équipe de son lycée par manque de talent.
- Oprah Winfrey, aujourd'hui une des femmes les plus riches de l'industrie du divertissement, n'a pas eu des débuts faciles. Congédiée de son premier emploi à la télévision à titre de co-présentatrice, on lui a même dit qu'elle ne ferait jamais carrière à la télévision.
- Stephen King, le maître incontesté du roman d'horreur a toutefois vu son premier roman, Carrie, refusé 30 fois par les éditeurs. Désespéré, c'est son épouse qui le pousse à le présenter à nouveau et le manuscrit se verra enfin publié. C'est alors le début d'une carrière prolifique pour l'auteur à succès.

**Et la liste pourrait s'allonger encore longtemps...**

Comme quoi tout est possible quand on croit en soi et que l'on a la motivation pour mener à bien ses objectifs.

## Les 25 clés pour entretenir ta motivation

Voici les 25 clés pour entretenir ta motivation.

1. Aie une vision claire de ce que tu veux obtenir de la vie.
2. Fais une liste de tout ce que tu veux avoir, faire, entreprendre, apprendre et obtenir.
3. Priorise tes objectifs.
4. Garde le focus sur tes objectifs sans jamais renoncer.
5. Aie confiance en toi.
6. Surmonte tes peurs.
7. Arrête de procrastiner.
8. Dépasse tes limites et va toujours de l'avant.
9. Adopte le bon état d'esprit, quelles que soient les circonstances.
10. Change tes habitudes.
11. Sois reconnaissant et fais preuve de gratitude.
12. Ose croire que tout est possible.
13. Ne renonce jamais à tes rêves.
14. Sois persévérant.
15. Sois patient, car tout ne se fait pas en un seul jour.
16. Fais-toi aider.
17. Aie un partenaire de responsabilité.
18. Mets en place un cercle de confiance.
19. Prends tes responsabilités.
20. Arrête de te trouver des excuses.
21. Organise-toi et sois plus productif.
22. Vois grand, ça marche.
23. Attire l'abondance à toi.
24. Reste positif.
25. Inspire-toi des leaders et des gagnants.

**Mais la clé la plus importante, c'est celle-ci :**

Tu es responsable de ta vie et personne ne peut faire les choses à ta place. Tu dois donc tout faire pour atteindre tes objectifs, quels qu'ils soient.

Il y a deux sortes de réussite. D'abord celle, très rare, de l'homme qui a le pouvoir de faire ce qu'aucun autre homme ne peut faire. C'est le génie. Mais l'homme moyen qui connaît ce que l'on appelle la réussite n'est pas un génie. C'est un homme qui possède tout bonnement les qualités ordinaires de ses semblables, mais qui a développé ces qualités ordinaires à un degré plus qu'ordinaire.

Theodore Roosevelt

## **Conclusion :**

### **Les points fondamentaux :**

- La motivation consiste à te concentrer sur le côté positif et à croire que tu mérites de réussir.
- Tu dois t'engager pleinement si tu veux atteindre ton objectif et obtenir des résultats.
- Parle à la forme affirmative. Bannis de ton langage les « Je ne peux pas » et ne tolère que les « Je suis capable ».
- Une attitude saine est une attitude positive.
- Laisse les personnes négatives seules. Fréquente des personnes positives et motivées.
- Plus tu fais une chose, plus elle devient facile à faire, au point où elle devient presque un réflexe.
- Se concentrer sur les points forts plutôt que sur les points faibles.

Dans la poursuite de l'excellence, nous devons nous assurer que nos buts sont à la fois intéressants et réalistes, et la difficulté de nos objectifs doit être progressive, de manière à ce que nous puissions connaître des succès réguliers.

**Lorsque la chance se présente chez toi, offre-lui un siège.**

Peu importe le problème dont tu fais face, tu ne dois jamais abandonner. Laisser tomber, c'est inviter la défaite. Abandonner mène vers une défaite de la personnalité et développe un état d'esprit pessimiste.

Si la façon dont tu procèdes ne fonctionne pas, aborde le problème sous un angle différent et si ça ne fonctionne pas encore, essaie autre chose, tu finiras par trouver la solution. Car il y a toujours une solution à un problème.

Dis-toi qu'il est toujours trop tôt pour abandonner. Bien des gens qui ont abandonné, s'ils avaient persévéré juste un peu plus, ils auraient atteint leur but.

La clé de la réussite c'est de te faire confiance. Croire et agir : une formule gagnante. La pensée positive est un facteur décisif dans la réussite de vos projets.

Formule un but clairement défini et spécifique, ancre ce but dans ton conscient, retiens-en l'image avec ténacité jusqu'à ce qu'elle s'enfonce dans ton subconscient. Consacre-lui tout le temps nécessaire à son élaboration, travaille très fort et tiens bon, n'abandonne jamais. Inévitablement tu arriveras à réaliser ce que tu avais en tête.

Quand tu fais une erreur, l'important est de profiter de cette erreur (la façon de l'éviter). Tu ne sauras jamais vraiment ce dont tu es capable tant que tu n'auras pas essayé.

Si tu attends toujours le moment propice où tout est absolument parfait et que tu n'as rien à craindre avant de te décider à faire quelque chose, tu ne feras jamais rien. Le simple désir de faire quelque chose de toi-même et de ta vie est déjà une étape de franchi vers la réussite.

Tu sais maintenant ce qu'est la motivation, et ce que tu dois apprendre maintenant, c'est à l'entretenir pour mener à bien tes projets.

Débarrasse-toi du mot IMPOSSIBLE ! Raye-le de ton esprit. Chasse-le de tes pensées, élimine-le de ta conversation.

Ne laisse surtout personne briser tes rêves, tes ambitions, tes projets, quels qu'ils soient.

Et puisque le passé est immuable et qu'on ne peut rien n'y changer, vit pleinement ton présent et visualise ton avenir et fonce !

Voici en terminant mon équation de la réussite. Cette équation te permettra d'atteindre tous tes objectifs, de parvenir au succès et je le répète encore une fois, à devenir libre financièrement.

$$[(P + T) \times A \times A] + F = S$$

Tu dois tout d'abord combinez ta **Passion**, ce qui fait battre ton cœur, ce qui te donne le goût de te dépasser, d'aller au-delà de tes limites, et le **Talent**, quelque chose dans lequel tu es excellent, et ce qui te démarque des autres.

Ensuite, tu dois multipliez ces deux forces par une bonne **Association**, c'est-à-dire toutes les personnes positives qui t'entoure et qui seront toujours là pour toi, pour t'aider et t'encourager dans ta réussite, et l'**Action**, tout ce qui te permettra de te rapprocher de ton but, tes objectifs, ta mission.

À cela, tu dois finalement ajouter la **Foi**. La foi en toi. Une foi inébranlable en tes capacités, et ce, malgré les innombrables embûches qui parsèmeront ta route.

Le résultat de cette formule de permettra d'accéder au **Succès**.

Maintenant, je te demande un dernier petit exercice afin d'être absolument certain que tu es en mesure de mettre en pratique cette formidable formule.

**Passion** : tu dois mettre par écrit tout ce qui te passionne le plus dans la vie. Tu peux en écrire autant que tu veux. Si tu veux réellement réussir, il faut que tu sois passionné. C'est la base de tout.

**Talent** : maintenant énumère, toujours par écrits, les choses pour lesquelles tu excelles. Tes aptitudes. Ce qui fait de toi une personne unique. Que ce soit le sport, la musique, la cuisine, la peinture, etc.

**Association** : réfléchis et inscris les noms de quelques personnes positives qui gravitent autour de toi et avec lesquelles tu aimerais être associé. Et écris pourquoi avoir choisis ces gens-là en particulier.

**Action** : si tu désires vraiment réussir, il faut impérativement passer à l'action. Es-tu réellement prêt pour ça ? es-tu prêt à faire les sacrifices nécessaires pour parvenir au sommet ? Pour réussir, il faut agir.

**Foi** : C'est sans aucun doute l'élément le plus difficile à maîtriser. Croire en soi s'avère beaucoup plus ardu que l'on puisse penser. C'est quoi avoir la foi, c'est de faire comme si...

Par exemple, René Angélil, le célèbre imprésario de Céline Dion, a avoué qu'au tout début de la carrière de la chanteuse, alors qu'il ne possédait rien, ce dernier négociait les contrats de Céline comme s'il avait un million de dollars dans les poches. Il faisait tout simplement comme si... puisqu'il avait foi en Céline.

### **Et toi, as-tu foi en toi ?**

Bref, nous voici déjà rendu à la fin de cette formation. J'espère que tu as compris que sans motivation, les possibilités de réussir tout ce que tu entreprendras sont pratiquement vouées à l'échec. Le bonheur, le succès, voire même la richesse ne te seront accessibles que grâce à la motivation.

**Mais la motivation sans action c'est comme le pouvoir sans le vouloir.**

Donc, tu peux penser positivement toute ta vie. Tu peux lire sur la pensée positives toute ta vie. Tu peux faire des études et obtenir un baccalauréat, une maîtrise et un doctorat. Tu peux posséder une grande habileté, avoir beaucoup de relation et abondamment de connaissances, mais tu ne deviendras jamais ce que tu attends de toi tant et aussi longtemps que tu n'agiras pas.

**C'est tout ça la motivation !**

**Bonne chance !**

[www.mackana.ca](http://www.mackana.ca)

[info@mackana.ca](mailto:info@mackana.ca)

<https://www.facebook.com/Mackana>

