

## Comment Progresser le plus loin que l'on puisse se rendre ?

J'aime écouter et apprendre des gens, surtout de ceux qui se sont rendus loin dans l'accomplissement de leur plein potentiel... ceux qui ont des fruits dans leur arbre, et qui continuent à progresser.

Je discutais avec Ernest Desrosiers, sous-ministre associé et Directeur général du MAPAQ – TRANSAQ (un Ministère du Québec), et il me partagea une partie de sa philosophie :

**Ceux qui se rendent le plus loin sont ceux qui n'ont jamais arrêté de marcher. (...) Parfois, nous pouvons rencontrer des gens qui ont vécu de grands défis, qui furent malades, ou qui ont un sérieux handicap physique, et se demander « Comment se sont-ils rendus aussi loin dans la vie ? » La réponse est simple : Ils n'ont jamais arrêté de marcher !**

Simple, simple, simple. Je ne sais pas pour vous, mais c'est le genre de vérité qui m'inspire, surtout venant d'une personne accomplie (et humble) qui cherche encore et toujours à s'améliorer.

Il n'est pas question ici de se rendre plus loin que quiconque ou d'être meilleur que son collègue ou son voisin. Il est question ici de se rendre soi-même là où on n'est jamais allé et qui sera un bel accomplissement, peu importe jusqu'où vous vous rendrez, tant que vos objectifs et actions sont en résonance avec les Lois Universelles.

Je vous propose un exercice qui ne vous prendra qu'un court instant et qui est l'un des quelques ingrédients qui vous permettront de faire un pas de plus... pour vous rendre plus loin dans votre marche.

Pensez à un objectif, un vrai, qui vous tient à cœur et occupe votre esprit, et que vous avez négligé ces dernières semaines, derniers mois ou même années :

- Améliorer votre santé;
- Renforcer votre vie de couple;
- Faire avancer un projet au travail;
- Démarrer votre propre affaire, grande ou petite;
- Rétablir vos finances;
- Développer une aptitude particulière;
- Créer de nouveaux contacts;
- Etc.

Maintenant, écrivez le résultat final et clair que vous désirez atteindre pour cet objectif :

- Pouvoir courir 10 km sans arrêt;
- Retrouver la complicité avec l'être aimé;
- Mettre à jour la nouvelle structure d'approvisionnement (au travail);
- Pouvoir vivre de votre passion, tout en partageant votre talent en fournissant vos services aux gens qui en ont besoin;
- Retrouver l'équilibre financier dont vous avez besoin pour bien réaliser vos objectifs;
- Jouer de cet instrument de musique et en faire profiter à d'autres;
- Comme travailleur autonome dans l'âme (même si vous êtes employé), amener votre carrière à un prochain niveau d'Excellence;
- Etc.

---

---

Imaginez comment vous vous sentirez lorsque vous aurez atteint cet objectif. Votre sentiment d'accomplissement, le poids qui disparaîtra de vos épaules, la confiance et l'estime de soi qui s'additionnera en vous, etc. Imaginez...

Tant qu'un objectif ou une tâche occupe votre esprit, ou si vous y repensez plus d'une fois, vous gaspillez temps et énergie, et vous ralentissez la progression de votre voyage. On ne parle pas ici de « courir » mais simplement de « continuer à marcher ».

Maintenant, quelle est la première action qui vous vient à l'esprit et que vous devrez faire pour vous rapprocher de votre objectif ? Je ne vous demande pas de trouver les « 10 meilleures actions » que vous puissiez faire, car vous ne les trouverez qu'en avançant, qu'en faisant quelque chose rapidement. Écrivez maintenant cette première action que vous avez à l'esprit. Prenez le temps de l'écrire :

---

L'erreur que la plupart des gens font est d'avoir la « vision », de voir là où ils désirent se rendre, mais ne font pas « l'Action » pour s'y rendre. Ainsi, même si votre vision est GRANDE et située sur la planète voisine, jamais vous ne vous en rapprocherez d'un seul centimètre si vous ne faites pas cette première action.

C'est maintenant le temps de commencer... faites cette action. Connectez-vous sur votre moment présent, cessez de penser davantage et de vous concentrer que sur vos objectifs, et de vous en faire avec ce que vous n'avez pas encore accompli et... faites CETTE action.

Ne pensez pas aux douzaines d'autres choses que vous avez peut-être à faire. Ne vous en souciez pas, elles seront encore là demain si elles sont réellement nécessaires.

Lorsque je pratique les arts martiaux, comme exemple en combat, je DOIS être dans le moment présent... être dans le « ici et maintenant », sinon imaginez ce qui m'arrive... Ouch ! La même chose se produit si vous n'êtes pas dans votre « ici et maintenant » pendant votre action : même si le « Ouch ! » n'est pas aussi physique, il peut faire tout autant mal.

Après avoir fait cette première action, écrivez les deux prochaines actions auxquelles vous pensez. Si vous ne pensez qu'à une seule autre, c'est o.k... puis faites-la.

---

---

**Ce qui se passera alors est magique :** votre confiance et la motivation nécessaire pour l'accomplissement de cet objectif grandiront. Votre énergie sera plus grande et le poids qu'occupait cette préoccupation s'estompera et fera place à l'espoir et à de nouvelles actions. Et tout ce que vous aurez fait aura été de voir votre résultat désiré et d'avoir fait une première action !

Ceux qui se rendent le plus loin sont ceux qui exécutent la tâche qu'ils ont devant eux puis, par la suite, exécutent la suivante. Ils ne se laissent pas submerger par leurs pensées limitatives. Plutôt, ils prennent contrôle de leurs pensées, ils relaxent, puis font la prochaine tâche.

Se soucier, ou encore planifier pendant de longues heures, n'a jamais mené nulle part. Si vous êtes connecté sur le moment présent, sur cette seule action qui ne prendra peut-être que 5 ou 10 minutes à faire, vous sentirez alors l'harmonie dans vos actions et tout deviendra soudainement plus facile. Le stress diminuera car vous aurez un sentiment de contrôle sur l'achèvement de votre objectif.

Que faire une fois que vous avez atteint votre objectif ? Avant d'atteindre votre objectif, votre niveau de conscience se sera déjà élevé et, comme par magie, vous « verrez » apparaître un nouvel objectif, un nouveau sommet, qui ne semblait pas être là quelque temps auparavant (pourtant, il y était déjà) et qui sera une nouvelle motivation pour vous.

Profitez alors de votre élan et du rythme engendré par votre accomplissement, et reprenez cette même recette.

Et voilà un nouveau sommet à gravir. C'est ce qui vous gardera sur votre voie... cette voie qui semblera peut-être différente de ce que vous aurez fait jusqu'à présent, à vos yeux ou aux yeux des autres, mais qui aura sa place sur la toile de votre vie.

Tout cela, parce que vous n'avez pas pensé en terme d'arrêt, de découragement ou de « retraite » (ou que temporairement) mais plutôt parce que vous aurez continué...

Rappelez-vous : ceux qui se rendent le plus loin sont ceux qui continuent... à marcher !

$$E = HOPLA^2 \text{ ©}$$

de là où vous êtes... à là où vous désirez être !

**Jusqu'où irez-vous ?**

---

Copyright ©

Paul Rousseau  
Le Samouraï de l'Excellence ! ©  
**Tél. : 1-866-588-5220**

Conférencier professionnel, auteur et formateur, **ceinture noire** dans six disciplines d'arts martiaux, Paul Rousseau est un réel performeur. Véritable **Alchimiste du Potentiel**, et concepteur de la formule **E = HOPLA<sup>2</sup> ©**, il est reconnu pour ses capacités à transformer l'Attitude et le Leadership personnel, en permettant à des milliers de personnes d'accéder à leur prochain niveau d'**Excellence**.

**Attitude – Automotivation – Leadership**

---

**Faites une Différence !**

→ **Proposez maintenant Paul Rousseau  
pour une prochaine Conférence dans votre organisation :**

page [Organisateur d'événements](http://www.paulrousseau.com/Meeting-Planners.html) :  
<http://www.paulrousseau.com/Meeting-Planners.html>

\* Déjà inscrit ? Merci de [Donner au Suivant](http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html) :  
[http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner\\_au\\_Suivant.html](http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html)

\* Pas encore inscrit ? [Inscrivez](http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Inscript-Newsletter-PaulRousseau.html)-vous gratuitement au **Bulletin dont tout le monde parle !**  
<http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Inscript-Newsletter-PaulRousseau.html>

## - Réflexion créative -

Prenez un instant pour vous poser et répondre à ces questions :

- Quel est cet objectif qui vous tient à cœur et occupe votre esprit, et que vous avez négligé ces dernières semaines, derniers mois ou même années ?

---

---

- Quel est le résultat final et clair que vous désirez atteindre pour cet objectif ?

---

---

- Maintenant, quelle est la première action qui vous vient à l'esprit et que vous devrez faire pour vous rapprocher de votre objectif ?

---

- **Comme Leader**, comment puis-je aider une autre personne à se rendre plus loin ? Qui ?

---

---

de là où vous êtes... à là où vous désirez être !

**Jusqu'où irez-vous ?**

- Faites suivre ce document à toutes personnes qui pourraient en bénéficier -