

## Introduction

**Quel est le coût de l'inaction ?**

**Quel prix allez-vous payer pour ne pas vous réinventer, dans les mois ou années à venir ?**

**S**ans entrer dans « le changement, c'est maintenant » que nous connaissons tous, ce livre n'a pas pour but de tergiverser pendant un siècle, pour finalement vous demander, le millénaire suivant, si vous comptez changer ou non. Voilà pourquoi j'aimerais que vous vous posiez dès à présent la question suivante : « Dois-je changer ? » Que va-t-il se passer si vous ne procédez pas à ce changement ? Fermez les yeux, visionnez votre vie sans changement. Cela vous convient-il ? Le film de votre vie inchangée défilant derrière vos paupières closes vous satisfait-il ? Ces images sont-elles pour vous la définition d'une vie réussie, inspirante et épanouie ? Travail, habitation, entourage, ce que vous voyez de votre avenir est-il à la hauteur de vos espérances ?

## Réinventez votre vie

D'après moi, une vie réussie ressemble aux matins où vous vous réveillez dans un endroit que vous chérissez, en harmonie avec vos proches, prêt à affronter une journée de travail enrichissante. Vous devez sentir que votre noyau dur composé des choses essentielles va bien, et que vous exploitez votre plein potentiel et vos talents. Vous devez entendre vos besoins, les ressentir au plus profond de votre cœur, avec la conviction dévorante que vous pourrez y répondre.

Se transformer. Dans toutes les cultures, spiritualités, religions, ou encore dans le business, toutes évoquent le besoin viscéral de changer, d'évoluer, d'aller au plus près de soi-même. Lao Tseu dit d'ailleurs : « Lorsque tu corriges ton esprit, tu te transformes ».

Entre la bienséance pour la société, l'entourage ou « les guéguerres » intérieures, il y a tant de freins qui nous empêchent de nous transformer. En 2011, j'ai été volontaire en Tanzanie. Il y avait cette phrase qui revenait souvent : « Kwa Mimi Agapa », c'est-à-dire « De quoi avez-vous peur ? » Une question simple, mais que vous devriez vous poser. Une fois que vous y avez répondu, demandez-vous réellement ce que votre aversion pour le changement va vous coûter. Repensez au film de votre vie que vous venez de visionner. Est-ce cela que vous souhaitez pour les années à venir ?

La transformation passe toujours par les mêmes étapes. Dans un premier temps, on accepte ce que nous sommes. Nous regardons notre situation en face, puis nous décidons de planter les graines du changement. Au fil du temps, il est possible que vous preniez la décision de pivoter. Parfois, la route que nous choisissons ne va pas vers le but que nous

## Introduction

pensions atteindre. Pour comprendre vos besoins, vous devez tester sans cesse. Ne vous privez pas d'expérimenter tout ce dont vous avez envie. Bien sûr, cela ne se fera pas seul, vous allez monter autour de vous votre nouvelle communauté, vos « anges du moment », comme je les nomme. Ces personnes ne seront peut-être pas toujours là, mais pour le moment, c'est d'elles que vous avez besoin. Vous finirez par atteindre le Graal que vous vous étiez fixé. Vous serez enfin en mesure de vous sentir « vous ».

Pensez en termes d'actions et d'inactions. Prenez une feuille, un stylo et temporalisez-les. Si vous ne changez rien, que va-t-il se passer dans deux, cinq ou dix ans ? Demandez-vous ce qu'il adviendra de votre vie si vous abandonnez vos rêves maintenant.

Reprenons. Vous avez aimé les images du film de votre vie ? Le recensement écrit de vos inactions vous convient-il ? Si oui, alors j'ai le malheur de vous dire que vous avez acheté ce livre pour rien. Vous pouvez le refermer, vous n'avez pas besoin de changer votre vie, ou du moins, pas pour le moment.

Observez-vous. 60 000 pensées traversent en moyenne notre cerveau par jour. Quel est le pourcentage de ces pensées qui était lié au changement ? Combien de fois vous surprenez-vous à rêver d'autre chose ? Une nouvelle relation amoureuse, un nouveau travail, de nouvelles activités ? Combien de fois avez-vous façonné dans votre esprit cette sorte de vous 2.0 ?

Notez tout ce qui vous vient en tête. Analysez vos pensées, sans toutefois prendre la moindre décision.

Ensuite, écrivez tout ce que vous vous limitez à faire pour changer. Comptabilisez le nombre de vos « non », qu'ils soient dits oralement ou en pensées. Pourquoi vous refusez-vous aux changements qui pourraient vous faire atteindre ce vous 2.0 que vous vous êtes fabriqué ?

Vous devez réellement sentir la détresse vous emparer si vous ne devenez pas la personne que vous souhaitez. Dépression, maladie, fatigue, ou pire : vous deviendrez peut-être froid et antipathique. Il n'y a pas besoin d'aller bien loin pour faire face à ce genre de comportement. Regardez autour de vous, je suis sûr que vous connaissez des personnes, âgées généralement de plus de 40 ans, pleines d'ingratitude, avec un caractère atroce et qui ne cessent de râler, aigris de la vie. Si vous ne vous étiez jamais posé la question quant à savoir pourquoi ils agissent ainsi, eh bien, je vous le dis, il y a de fortes chances que ces gens agaçants soient tout simplement malheureux et bourrés de désillusions. Vous ne devez pas avoir envie de finir comme eux. Ils peuvent encore changer, d'ailleurs, et vous, vous pouvez changer maintenant !

Si vous ne savez pas par où commencer pour changer, ce livre vous donnera toutes les clés pour vous réinventer. Gardez bien à l'esprit que je vais traiter dans ces pages de l'importance, voire de la nécessité de croire en ses rêves. Si toute votre vie, on vous a rabâché que cela n'était que pure utopie, je vais vous faire prendre conscience qu'il n'y a rien de stupide à penser que nous vivons dans un monde où tout est possible. Vous êtes le maître de votre destin, et il est plus que temps que vous en preniez le contrôle.

## Exercice

.....

1. Dans le passé, que vous a coûté le fait de ne pas prendre de risques ?
2. Combien va vous coûter, tant émotionnellement que sur le plan physique, votre non-transformation, si vous ne décidez pas de changer de vie ? À quoi ressemblera votre vie dans 5/10 ans, si vous ne changez pas ?
3. Vous êtes en 2030, où êtes-vous, que faites-vous et comment est votre vie ?
4. Imaginez qu'on vous annonce votre mort d'ici 18 mois. Qu'allez-vous faire dès demain pour n'avoir aucun regret sur votre lit de mort ?
5. Quelle inscription, résumant votre vie, voulez-vous voir écrite sur votre tombe ?



## Le secret, c'est le mouvement

*La vie n'est pas faite que pour vous rendre heureux, mais également pour vous aider à vous faire grandir. On peut soit combattre ce qui se passe, soit apprendre, c'est à vous que revient le choix !*

ECKHART TOLLE

« **S**oyez un héros, ou soyez mort. » Pour beaucoup d'entre nous, il n'y a pas de demi-mesure possible. Pour ma part, en tout cas, il n'y avait d'autre possibilité que ces deux extrêmes. Il en allait de la survie de mon âme. J'avais la conviction profonde que si je ne changeais pas, si je n'évoluais pas, je mourrais peu à peu.

Alors, quand vous vous posez cette question : « J'y vais, ou je n'y vais pas ? », demandez-vous si votre situation actuelle vous permet d'élever suffisamment votre Être.

Soyez en perpétuelle quête de savoir, de sens, de désir. Et par désir, j'entends le besoin irrationnel de devenir meilleur. Devenez le héros de votre vie.

En ce qui me concerne, je pense vraiment que le petit garçon que j'étais, qui était si sensible et tellement créatif, aurait trop souffert en France dans la situation dans laquelle j'étais.

À seulement 15 ans, me voilà parti pour un an en Géorgie, l'État du sud des États-Unis : autant dire qu'on était loin de l'univers adolescent de rêve californien qu'on nous dépeint dans la série *90210 Beverly Hills* ! Cependant, j'y ai appris l'anglais et les mœurs de cette institution dans laquelle le « tout est possible » n'est pas juste un mantra, mais une réalité.

À 18 ans, de retour à Paris, j'entre à l'American Business School, je jongle entre mes études et un stage dans une salle de *trading* parisienne. À nouveau, je rêve de plus. Cette situation stable et confortable pousse mon arsenal d'imaginaire à libérer son artillerie de rêves. Je veux plus, je rêve de folie, d'une nouvelle expérience de dingue. Je sais à ce moment-là que je dois repartir à l'aventure et sortir à nouveau de ma zone de confort. Je partirai à Tokyo pendant 1 an, l'année suivante, mais nous reviendrons sur cette aventure un peu plus tard.

Un peu d'études de finance, et mon service militaire en poche, je repars à Tokyo. Là-bas, je travaille dans la communication puis dans le luxe. À 28 ans, je décide d'économiser assez et de partir vivre à Los



Angeles, où j'espère bien faire mon trou en tant qu'artiste. Pendant les sept années qui suivront, je deviendrai comique, scénariste et acteur. Dans la foulée, je produis et scénarise *Little Klaus Big World*, mon premier film. Problème, personne n'en veut. Le film ne se vendra jamais. La faute à un contexte un peu particulier dans lequel évoluait le monde du film indépendant, ou bien au film lui-même, ça, je ne le saurai jamais. Mais le fait est que c'est un échec. Je crois beaucoup en cette citation de Mandela qui dit : « Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends ».

Après cet apprentissage, il a fallu recommencer de zéro, à nouveau. J'avais déjà là 36-37 ans. Avec ma femme, on a 2 000 dollars dans la poche, sans Assédic comme ici, bien sûr, vivant à New York, je peux vous assurer que vous avez plutôt intérêt à vous accrocher. Mais cela dit, avais-je le choix ?

En 2011, je deviens promoteur de soirées à Tokyo. Un travail purement alimentaire qui me sert à renflouer les caisses. C'est ma troisième fois au Japon.

En 2013, je suis devenu coach à 40 ans. L'âge où l'on devient tous un peu philosophes. Je me retrouve dans l'humanitaire puis dans un incubateur de start-up, en Afrique du Sud et même dans des tribus. Enfin, en 2014, je commence régulièrement à travailler pour des entreprises et particuliers.

Pendant 7 ans, sur quelque 20 pays, je suis coach, conférencier, formateur, et j'inspire. Je suis un « firestar-

## Réinventez votre vie

ter », c'est-à-dire que je donne l'envie de rêver, vivre et se déployer aux gens. Par ce travail, j'ai eu la chance de visiter le Moyen-Orient, l'Amérique et l'Asie. Le besoin se trouve partout, peu importe la culture.

J'ai coaché un certain nombre de personnes qui se sont réinventées, mais qui n'arrivaient pas à avancer. J'aime particulièrement accompagner ces individus, prêts à tout changer, à enfin vivre leur vie, à utiliser tout leur potentiel ! C'est autant un apprentissage pour moi que pour eux, c'est cela que j'aime dans le coaching.

Vous voyez, je me suis réinventé une dizaine de fois, et j'adore ça. Cela tient presque de l'addiction, j'ai une soif incommensurable de vivre intensément et sans filet de sécurité. À 21 ans, j'avais inscrit sur un sabre d'officier militaire : « Être sur un fil, c'est vivre. Le reste n'est qu'attente ».

En 2020, la covid viendra faire basculer ma vie. J'ai annulé tout ce que j'avais prévu pour les trois années à venir, pour me réinventer petit à petit en startupeur. Notre site se lance le 1<sup>er</sup> avril 2021.

Je me définis comme un expérimentateur de vies. Un peu comme un chercheur, je vacille dans des univers différents, afin de trouver la combinaison parfaite des éléments qui formera la personne que je suis.

## Exercice

.....

1. Décrivez vos grands changements de vie jusqu'à maintenant.
2. Avez-vous vécu en « autopilot » ? Si oui, sur quelles périodes ?
3. Quels ont été vos objectifs de progrès durant votre vie ?
4. Quels grands mouvements, quelles tendances votre vie a-t-elle suivis ?