



Jour 16 • Persévérance et discipline

Maintenant que tout est sur le papier, ou presque, il va vous falloir passer à l'action. Faire remonter vos trésors et rédiger votre mission de vie ainsi que l'activité professionnelle qui va avec n'était que la **partie émergée de l'iceberg** en réalité. La mise en oeuvre et la réussite de votre projet va vous demander le plus difficile : du temps. Pour rester motivé dans le temps, c'est très simple, deux muscles à développer : **persévérance et discipline**. Voici concrètement comment pratiquer.

Une heure par jour pour votre projet

Je vous en ai déjà parlé dans l'exercice du jour précédent, mais c'est fondamental. En effet, pour le moment, il y a forcément quelque chose qui vous a empêché de vivre pleinement de votre mission de vie : l'argent, la compétence, le réseau, la confiance en vous... En plus de votre plan d'action « concret » pour mener à bien votre projet, dans cette heure par jour, il y aura forcément **un moment à dédier à votre croissance personnelle**.

Action !

- Faites ici la liste des sujets sur lesquels porter votre attention.
- Cherchez les stages, livres, formations en ligne qui vous aideront à dépasser ces difficultés.
- Listez les.
- Commandez ces livres, inscrivez-vous aux stages, programmes, formations...

Cette heure par jour que vous allez consacrer à votre projet va avoir deux conséquences : vous allez **focaliser dessus en permanence (ce qui est excellent pour la loi d'attraction) et jour après jour, vous vous rapprocherez de votre objectif**. Heure après heure, il ne vous paraîtra plus si inatteignable que ça.

Un processus continu de croissance personnelle

Consacrer une heure par jour à votre vraie vie, aux projets qui sont vraiment importants pour vous, à votre croissance personnelle ne peut que vous être bénéfique, même si finalement vous n'atteignez pas votre objectif ou que vous en changez en cours de route. Tout simplement parce que votre sécurité ne repose plus aujourd'hui sur un bon job ou une bonne formation, mais sur **votre créativité, votre réactivité, votre capacité d'adaptation, votre capacité à trouver des solutions facilement à chaque difficulté**. En cultivant tout ça, **vous atteindrez une sérénité intérieure inébranlable**.

Cette heure par jour va vous demander de faire des choix, des choix qui vous demandent de privilégier ce qui est réellement important pour vous.

Action !

Que pouvez-vous éliminer dans votre emploi du temps pour vous consacrer à ce qui est réellement important pour vous ?

Exemple concret pour vous aider : préférez-vous avoir une maison nickel ou laisser une empreinte (aussi modeste soit-elle) dans le monde ?

Remplissez votre réservoir émotionnel

Dans votre vie de manière plus générale, si vous voulez conserver un bon niveau d'énergie pour votre projet ou votre objectif, vous devez avoir votre "réservoir émotionnel" rempli. En créant votre projet, vous allez devoir donner : donner de vous, de vos compétences, de votre énergie. Vous devez donc faire le plein dans les autres domaines de votre vie. Si vous vous disputez avec votre conjoint, si vous utilisez votre temps libre à faire du ménage, si vous passez votre temps à crier sur vos enfants pour qu'ils rangent leur chambre, si vous utilisez votre espace de cerveau disponible pour critiquer votre patron ou pour en vouloir à vos parents parce que décidément ils ne vous ont pas donné toutes les chances de réussir dans la vie, vous n'aurez plus rien à offrir en ce qui concerne votre projet. Vous devez donc faire du tri dans votre manière d'être en relation.

Action !

A l'aide de questions comme celles-ci, continuez le tri dans votre emploi du temps, mais surtout, faites une opération « tri sélectif » dans votre tête : éliminez toute source de pensées et d'émotions négatives pour cultiver uniquement le meilleur de vous.

- préférez-vous passer du temps de qualité avec vos enfants ou bien que leur chambre soit rangée ?
- préférez-vous cultiver le sentiment d'incompréhension avec votre conjoint ou bien réaliser votre projet, même dans le silence si rien n'est possible autrement, et lui montrer les résultats quand vous aurez réussi ? Si vous avez besoin de son soutien, c'est que vous-même ne croyez pas en vous : ne demandez pas à l'autre qu'il vous donne ce que vous vous donnez pas à vous même, n'exigez pas de l'autre qu'il soit meilleur que vous.
- préférez-vous continuer à râler après votre patron ou prendre votre place en le considérant comme une personne, en essayant de comprendre et d'intégrer son paradigme et en mettant en oeuvre toutes vos compétences pour l'aider à assumer ses responsabilités ?