

Vincent DELOURMEL

# Développez Votre Potentiel

*Le Processus d'Autoréférence,  
une autre façon d'atteindre  
les sommets !*



*Editions Les-Secrets.Com*

***Le Processus d'Autoréférence***

Vincent DELOURMEL

# **Développez Votre Potentiel**

*Le Processus d'Autoréférence,  
une autre façon d'atteindre  
les sommets !*

[Editions Les-Secrets.Com](http://Editions-Les-Secrets.Com)

## *Le Processus d'Autoréférence*

Cet ebook est la propriété exclusive de Vincent DELOURMEL, auteur.

Vous pouvez le diffuser librement, l'offrir, l'imprimer, le reproduire.

Il ne peut être ni vendu, ni modifié sans le consentement de l'auteur.

Tous droits réservés Editions [Les-Secrets.com](http://Les-Secrets.com)

## Sommaire

Sommaire .....	4
Introduction.....	5
C'est là que tout a commencé .....	6
Et si tout n'était que mémoire ? .....	12
Votre trésor .....	17
Le Processus d'Autoréférence .....	19
Vivre plusieurs vies .....	27
Pour résumer .....	33
Réflexion sur la spécialisation .....	34
Pour conclure .....	49

## Introduction

**C**et ebook est libre. Vous pouvez l'offrir en cadeau. Je dirais même plus : vous devriez le diffuser à tous vos proches, à vos amis et même à vos ennemis – qui vous remercieront en devenant vos amis.

Pourquoi ?

Parce qu'il va vous rendre un vrai service. Il va vous faire gagner du temps. De l'argent. Il va vous donner de l'espoir. De la motivation. De l'envie. Un peu de rêve aussi.

Vous êtes prêt ?

## C'est là que tout a commencé

**N**ous sommes en mai 1995. Alors que je monte dans le corail qui m'amènera jusqu'à Paris – je suis alors appelé du contingent – je me replonge dans mes souvenirs de l'année écoulée.

Je vous dresse le tableau rapidement. En 1994, bien que je sois de nature timide et peu entreprenante, je décide d'abandonner mes études universitaires.

Remarquez, j'étais en fac de Portugais et je n'avais nullement l'intention d'enseigner cette matière. Je n'étais pas mauvais, détrompez-vous ! C'est juste que j'avais, selon moi en tout cas, d'autres chats à fouetter.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Bref. Je décide donc de quitter la fac pour créer ma propre affaire. J'avais 20 ans, encore des boutons d'acné çà et là et un projet « de la mort qui tue ». Et quel projet ! Je venais de mettre toutes mes maigres économies dans l'achat d'un livre qui s'intitulait « Le Facteur Vert ». Dans ce livre vendu par correspondance, Suzanne Miller décrivait son secret pour gagner au moins 300.000 francs en une année. Une fortune !



Je me voyais déjà en train de parader devant mes amis, mes voisins. Devenir riche,

tout un symbole ! Finie la routine ! A moi les belles filles, la Porsche et les gueuletons au Carlton palace !

## *Le Processus d'Autoréférence*

Son secret ? Ecrire et vendre des guides pratiques par correspondance.

Riche idée, j'ai trouvé. Surtout que j'avais un sujet intéressant à partager : l'art de la prestidigitation. J'allais donc vendre un cours de prestidigitation par correspondance.

C'est donc la bouche en cœur que j'ai annoncé à mes parents que leur dernier fils (d'une famille de 6 enfants, je précise), le seul à avoir atteint la fac, n'ira pas plus loin que 6 mois d'université. Non négociable. La raison ? Mais je vais monter ma boîte chère mère ! « Monter quoi ? » me demande mon père. « Une entreprise, mon père. Un truc pour gagner plein d'argent ! ».

C'est donc sous le regard ébahi de mes pauvres parents qui s'étaient tant sacrifiés pour nous que j'ai

## *Le Processus d'Autoréférence*

tourné les talons vers mon rêve. Ce jour là, j'ai brisé leur rêve à eux : voir un de leurs enfants « réussir dans la vie ». Car pour mon père et ma mère, la réussite passait évidemment par des études.

Et quoiqu'on dise, ça n'est pas idiot. Même, j'ai envie de préciser que ça peut aider. Et ceux qui disent le contraire se trompe. Enfin presque, car vous savez, dans la vie, rien n'est ni tout blanc, ni tout noir.

Revenons en 1995, dans ce fameux corail qui n'avancait pas. Vous pensez : 4h00 pour faire Rennes - Paris ! Mais je n'avais pas d'autres moyens à cette époque là. Le TGV était hors de prix pour moi.

Vous vous demandez : comment suis-je passé de mon rêve d'entrepreneur en 1994 à ma situation de bidasse en 1995 ?

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Je vais vous le dire.

Par un gadin. Un énorme gadin.

A 20 ans, je n'avais *peut être* pas tout compris. J'avais *un peu* présumé de mes capacités. Je n'avais pas tout prévu. Surtout, il me manquait certains pouvoirs. Lesquels ? Je vous en parle un peu plus loin. L'entreprise n'a pas tenu bien longtemps. 3 mois, tout au plus. Et encore...

Je n'avais pas imaginé qu'une entreprise fonctionnait avec de l'argent. On m'avait prévenu. Mais je n'ai écouté personne. A ma décharge, j'avais lu tous ces livres de motivation personnelle. Ils me disaient : « *si tu y crois, tu y arriveras !* ». J'y ai cru pourtant. De toute mes forces. Mais j'ai le sentiment qu'on ne m'avait peut-être pas tout dit.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Au bout du compte, je me suis retrouvé plus fauché que jamais, toujours à la solde de mes parents – des gens très modestes – sans aucune solution de repli. Vous parlez d'un projet ! Je suis donc parti faire mon service militaire. Entre nous, je n'avais pas tellement le choix : à l'époque c'était encore obligatoire. Finalement, c'est peut être ce qui m'est arrivé de mieux. Je vais vous dire pourquoi...

## Et si tout n'était que mémoire ?

Qu'est-ce qui fait qu'un simple gars comme moi, sans diplôme (juste un bac A2), sans argent, se retrouve un jour à la télévision dans une émission spécialisée sur la mémoire vue par plus de 3.500.000 personnes ?

En 1995, dans ce fameux corail qui n'avancait pas, j'ai ouvert un livre qui m'avait coûté 80 francs : « *Comment développer une mémoire exceptionnelle* » de Harry Lorayne. Harry Lorayne est un artiste illusionniste très connu aux USA pour ses numéros de Mémoire Prodigieuse. J'ai découvert dans ce livre ce qui allait devenir ma nouvelle passion : « [l'Art de la Mémoire](#) » [pub] au passage, en cliquant sur ce lien vous tomberez sur un cours étonnant – le mien !! - qui vous apprendra à

## *Le Processus d'Autoréférence*

mémoriser tout ce que vous désirez pour la modique somme de 49,90 euros [/pub].

C'est donc grâce au livre d'Harry Lorayne que je me suis trouvé une voie. Plus rien d'autre n'avait d'importance. J'avais désormais deux passions : la prestidigitation, que je pratiquais depuis 1989, et la mémoire, qui me permettait d'épater mes copains.

Plus rien, donc, n'avait d'importance. Sauf une chose. Après la lecture de ce livre, j'ai pris conscience de l'importance de la mémoire dans la vie de tous les jours. J'avais lu un tas de bouquins sur le développement personnel : Napoleon Hill, Anthony Robbins, Dale Carnegie, des livres sur la PNL, la pensée positive, l'hypnose, l'auto-hypnose. Mais je venais de découvrir là quelque chose qui me semblait plus profond encore.

Et si tout n'était que question de mémoire ?

## *Le Processus d'Autoréférence*

Je vous explique : pour avancer dans la vie, il faut posséder certains pouvoirs. Lesquels ? J'en ai défini 6 – il y en a sûrement d'autres, mais je me suis concentré sur ceux-là :

- La confiance en soi.
- Le charisme.
- La volonté.
- La concentration.
- L'empathie.
- L'intelligence

Mais comment on fait pour posséder tous ces « pouvoirs » ?

Facile : on les apprend.

Imaginez un instant qu'un bon génie vous transfère les pouvoirs de ceux qui réussissent, comment

## *Le Processus d'Autoréférence*

réagiriez-vous ? Combien seriez-vous prêt à payer ?  
1000 euros ? 10.000 euros ? Plus ?

Rassurez-vous, vous n'aurez pas à payer tout ça.  
Même, en vous débrouillant bien, vous pourriez  
obtenir tout ça sans verser le moindre centime.

Qui n'a jamais rêvé avoir le charme d'un George  
Clooney ou d'une Sharon Stone ? La volonté d'un  
sportif de haut niveau ? La confiance d'un  
entrepreneur à succès ? L'intelligence d'un Bill  
Gates ? L'empathie d'une Sœur Emmanuelle ? Qui  
n'a jamais envié ces personnes qui voguent de  
succès en succès ?

Elles ont un secret. Forcément.

Leur secret, c'est leur mémoire. Enfin, ce qu'il y a  
dedans. Leurs références. Leurs expériences. Leurs  
connaissances.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Vous aussi vous en avez, comme tout le monde.

Mais si vous lisez cet ebook, il est probable que vous soyez conscient(e) de certaines lacunes ou faiblesses.

Je vais vous montrer comment remédier à tout ça.

Bientôt, vous aussi vous pourrez atteindre les sommets.

## Votre trésor

**R**éfléchissez : quelle est votre plus grande richesse ? Quel trésor possédez-vous qu'on ne pourra jamais vous enlever ?

La plupart des gens s'imaginent que le bonheur se résume à être riche. Etre riche permettrait de vivre libre, à l'abri des besoins, sans aucun problème. Le bonheur total.

Peut-être. Mais le bonheur, c'est subjectif. Pour certains, ça peut se résumer à être en famille. Pour d'autres à lire un bon livre sur une plage ensoleillée. Certaines personnes trouveront leur bonheur dans les voyages. Qu'importe. Le fait est que le bonheur est subjectif.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Etre riche est un état. On est riche ou on est pauvre, point. Etre riche ne signifie pas qu'on est heureux. Etre pauvre ne signifie pas qu'on est malheureux.

La preuve : il existe des riches malheureux et des pauvres heureux.

Alors, vous avez trouvé ? Quelle est votre plus grand trésor ?

Vos connaissances.

Vos compétences.

Vos expériences.

Bref, ce qu'il y a dans votre mémoire.

Et à moins de tomber gravement malade, il s'agit là d'une richesse qu'on ne pourra jamais vous enlever.

## Se donner des références : le Processus d'Autoréférence

**M**es études sur la mémoire m'ont appris que la meilleure façon d'optimiser ses capacités est d'aller vers la nouveauté. De sortir de votre zone de confort.

Je répète :

**DE SORTIR DE VOTRE ZONE DE CONFORT.**

Quel est le vrai problème des personnes qui se plaignent de leur mémoire ? Avec l'âge, ils se spécialisent dans leur domaine. Ils sont d'ailleurs bons ! Par contre, dès lors qu'il faut mémoriser des trucs qui sortent de leur domaine, ils ont du mal.

La mémoire se spécialise. Elle vous sert remarquablement bien dans vos domaines de

## *Le Processus d'Autoréférence*

prédilection parce qu'elle est habituée. Oui, mais voilà : lorsque vous sortez de votre zone habituelle, votre mémoire perd ses repères. Elle est devenue fainéante. La zone du cerveau que vous lui demandez d'activer est en friche. Il faut débroussailler. Et ça peut prendre un minimum de temps. Alors certains se découragent. Une conclusion s'impose alors à eux : « je perds la mémoire ».

Si vous voulez devenir performant(e) dans tous les domaines, vous devez réactiver toutes ces zones. Ces zones que vous utilisiez à l'école en étudiant aussi bien l'histoire que les maths ou la géographie. En faisant du sport, du travail manuel. En étant pluridisciplinaire.

Avec chaque fois la même envie : nourrir votre mémoire d'expériences, de connaissances et de

## *Le Processus d'Autoréférence*

compétences. C'est ce que j'appelle « Le Processus d'Autoréférence ».



Vous aimeriez développer votre confiance en vous ? Allez chercher des expériences

fortes. Vous pourriez par exemple aller pour la première fois dans les montagnes russes. Si vous l'avez déjà fait, pourquoi ne pas tenter un vol en parapente ? Un saut à l'élastique ? Vous pourriez aussi décider d'aller visiter un pays seul : vous seriez obligé de vous débrouiller par vos propres moyens. Dans tous les cas pensez à votre zone de confort. Elargissez-la en vous dotant de nouvelles expériences.

## *Le Processus d'Autoréférence*

La confiance en soi ne s'arrête pas aux expériences. Elle se complète par des connaissances et des compétences. Plus vous avez de connaissances, plus vous êtes capable d'expliquer les choses... Et donc de contrecarrer vos peurs. Par ailleurs, vous n'avez plus peur de vous mêler aux discussions.

Si vous ne le faites pas encore, mettez dans vos favoris cette page : <http://news.google.fr> : l'actualité y est mise à jour en continue. Vous restez ainsi informé de ce qui se passe dans le monde. Vous êtes au courant. Même si vous ne lisez que les titres, au moins vous savez.

Développer vos compétences vous donne également plus d'assurance. Souvent, on se dit qu'on n'est pas manuel ou pas du tout littéraire. On l'accepte comme tel. C'est aussi une façon de se rassurer quand on n'est pas capable de planter le moindre clou dans un

## ***Le Processus d'Autoréférence***

mur. Remarquez, si le mur est en brique, je vous comprends.

A chaque fois que vous vous dites que vous n'êtes pas bon dans telle ou telle matière, arrêtez-vous. Notez ce que vous venez de dire quelque part dans votre tête et **promettez-vous de remédier à cette faiblesse.**

En corrigeant vos faiblesses, en agissant sur elles, vous élargirez grandement votre champ d'action. Vous développerez vos performances, vos pouvoirs personnels *naturellement.*

Je lis souvent des messages de personnes sur différents forums de développement personnel. C'est souvent triste. Certaines personnes cherchent la solution miracle pour réussir, avoir confiance etc...

## *Le Processus d'Autoréférence*

Aujourd'hui, à l'ère d'Internet, la connaissance est à la portée de tous. C'est presque gratuit ou en tout cas accessible à presque toutes les bourses. Il suffirait bien souvent à ces personnes d'entrer dans un processus d'apprentissage pour résoudre tous leurs problèmes.

Pourquoi ?



Votre cerveau est composé de milliards de cellules nerveuses, les neurones. Chaque jour, des liens se créent et se défont entre ces neurones, *les connexions neuronales.*

Ces connexions sont très importantes. Elles vous ouvrent à une certaine « clairvoyance » : plus vous en avez, plus vous êtes performant. Ces connexions

## *Le Processus d'Autoréférence*

se forment par l'apprentissage. Votre cerveau reste stimulé par ces nouveaux apports, un peu comme si vous le nourrissiez.

En revanche, si vous vous contentez de ce que vous êtes, ce que vous savez, petit à petit les zones non activées vont effacer les connexions neuronales. Un peu comme un chemin que vous ne fréquenteriez plus : au bout d'un certain temps l'érosion, la nature le rendent difficile d'accès.

Et ce n'est pas ce que vous voulez, n'est-ce pas ?

Il existe des tas de façon d'apprendre. Vous avez à votre disposition les livres bien sûr. Mais aussi les vidéos, la télévision, Internet, les conférences, les Musées. Vos voisins sont sources de connaissances. Vos amis, vos ennemis. Vous avez tout à apprendre des autres. Il suffit de rester curieux, de vous intéresser au monde qui vous entoure.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Vous ne retiendrez pas tout. Vous oublierez des détails. Mais votre mémoire garde l'essentiel : le sens. Et c'est déjà beaucoup.

Votre mémoire ne fait pas toujours la différence entre ce que vous avez vécu et ce que vous avez appris. Ainsi, vous êtes capable sans l'avoir vécue de vous représenter la Seconde Guerre Mondiale. Grâce aux livres, grâce aux témoignages, grâce aux différents films. En ce sens, vous vous êtes donné des références. Vous êtes entré dans un Processus d'Autoréférence.

Et si en appliquant ce processus je vous proposais de vivre plusieurs vies ? De vous nourrir d'expériences d'hommes et de femmes qui ont réussi ?

## **Vivre plusieurs vies : une passerelle vers les sommets**

**V**ous me suivez toujours ? On arrive bientôt au bout. Qu'est-ce qui vous plaît dans la vie ? Voyager ? Faire du bateau ? Discuter ? Quels sont vos rêves ? Qui sont vos modèles ?

Pour atteindre les sommets, vous devez développer vos pouvoirs. Or, je vous comme je vous l'ai expliqué précédemment, plus vous avez d'expérience, de connaissances et de compétences, plus vous maîtrisez ces pouvoirs.

D'ailleurs, ne salue-t-on pas la sagesse des personnes âgées ? Dotées d'expériences diverses elles sont bien souvent « au sommet de leur art ».

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Le Processus d'Autoréférence peut se définir ainsi :  
*« capacité de l'être humain à se donner des références par l'expérience, la connaissance, la compétence et la modélisation ».*

Je ne vous ai pas parlé de la modélisation. J'ai emprunté ce terme à la PNL. Bien que je ne sois pas un grand fan de Programmation Neuro-Linguistique, je dois reconnaître que j'ai trouvé dans le concept de la modélisation un point de départ.

En PNL, la modélisation, c'est tout simplement modéliser le comportement d'autrui. Ainsi, si vous voulez devenir un bon joueur de tennis par exemple, il vous suffit de prendre en exemple un grand joueur. Comme actuellement Roger Federer par exemple. A partir de cet exemple, on suppose que si vous êtes capable de reproduire les schémas de pensées de votre modèle, vous devez être capable d'atteindre les mêmes objectifs.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Imaginons que vous preniez Bill Gates comme modèle. Si vous êtes capable de le modéliser, c'est-à-dire de reproduire son parcours, vous devriez, en théorie tout du moins, obtenir de bons résultats.

Dans le cas du Processus d'Autoréférence, c'est différent. Il s'agit de vous donner des références de vie.

Comment s'y prendre ? C'est très simple. Il vous suffit de lire et de revivre la vie d'autrui. Je ne sais pas si vous l'avez remarqué, mais depuis quelques années déjà la grande mode est aux biographies et autobiographies. Dans ces livres, des personnalités racontent leur vie. Leurs succès. Leurs échecs. Leurs projets. Leurs idées, leur cheminement.

Personnellement, j'ai toujours adoré des personnes comme Nicolas Hulot, Yannick Noah, Jean Réno. J'ai lu leurs autobiographies. J'ai « vécu » leur vie

## *Le Processus d'Autoréférence*

dans une certaine mesure. Je me suis nourri de leurs expériences. A leur façon, ils m'ont influencé. Ils m'ont guidé dans mes choix. Ils m'ont permis de grandir, de gagner du temps, de la connaissance. De l'expérience, aussi.

Et vous ? Quels sont vos modèles ? Martin Luther King ? Ingrid Betancourt ? Soeur Emmanuelle ? Georges Brassens ? Thierry Henry ? Saint Exupéry ? Sean Connery ?

Au moment où j'écris ces lignes, je consulte en parallèle le site <http://www.alapage.com> qui regroupe à lui seul 11796 biographies et autobiographies. En gros, pour chaque personnalité, vous trouverez un livre sur sa vie. De quoi vous inspirer, non ?

N'en doutez pas : lire et découvrir le parcours d'une personne à succès est toujours très enrichissant.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Si vous avez en plus l'occasion de rencontrer ces personnes, d'échanger avec elles, d'apprendre d'elles, vous gagnerez du temps... et de l'argent.

Avec les autobiographies, c'est un peu comme si vous aviez à votre disposition différents mentors qui vous expliqueraient pas à pas comment elles ont atteint leurs objectifs. Comment la vie leur a, à un moment donné, sourit.

Ce qu'il y a de formidable dans ces témoignages, c'est la diversité. Ainsi, vous apprendrez qu'un Jean Réno était tout près d'abandonner sa carrière avant que Luc Besson ne fasse appel à lui. Qu'il vendait des encyclopédies en porte à porte mais que sa détermination a été la plus forte.

Les victoires de Yannick Noah ont presque toujours coïncidé avec sa vie sentimentale. Quand il était amoureux, il gagnait.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Des informations de ce type, mises bout à bout, vous offrent une carte d'orientation. Ne vous privez pas : inspirez-vous de la vie des autres, essayez de la revivre en impliquant votre mémoire épisodique : vous y découvrirez de nouvelles sources de motivation.

## Pour résumer

**Le Processus d'Autoréférence** vous permet de développer vos pouvoirs : *confiance en soi, charisme, volonté, concentration, empathie et intelligence.*

Comment ?

En nourrissant, par l'apprentissage, votre mémoire d'expériences, de connaissances et de compétences nouvelles qui sortent de votre zone de confort.

En vous donnant de nouvelles références, vous augmentez vos capacités, vos performances.

Vous pouvez également vivre plusieurs vies et vous approprier les expériences de personnes à succès. Pour ça, il vous suffit de lire et vivre leurs autobiographies, témoignages.

Si vous en avez la possibilité, vous pouvez également les rencontrer et les interroger.

## Réflexion sur la spécialisation

**S**i développer vos connaissances, vos compétences et vos expériences est primordial, il y a un moment où il faut savoir se spécialiser.

Pourquoi ?

Parce qu'en vous spécialisant vous prenez de la valeur. Et j'imagine que non seulement vous aimeriez vivre de ce que vous aimez, mais vous aimeriez en vivre bien. Et vous avez raison.

C'est ce que j'ai fait en travaillant à la fois sur les Sciences Cognitives (la mémoire en particulier) et l'Illusionnisme. Il s'agit là de mes deux secteurs de prédilection.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Autour de l'Illusion, j'ai développé différents événements, mais aussi un Club de Magie : <http://www.club-de-magie.com> ainsi qu'une série d'interviews de magiciens : <http://www.chop-cup.com> .

Autour de la mémoire j'ai développé une formation à succès que j'anime un peu partout ainsi qu'un cours en ligne. En abordant mes domaines de prédilection sous tous leurs angles, je me suis créé une image de spécialiste qui m'a amené jusqu'à la télévision. Et vous pourriez en faire autant. Je vous assure que si vous êtes un tant soit peu patient(e), vous y arriverez vous aussi.

Et ce qu'il y a de magique dans tout ça, c'est que votre temps devient votre ami. Il devient élastique. Vous devenez productif, efficace. Vous êtes en

## *Le Processus d'Autoréférence*

phase. L'argent suit naturellement... et devient même secondaire.

Rien ne vous empêche par la suite d'étendre votre champ d'action. Votre mémoire est illimitée. Vous pouvez apprendre et vous spécialiser toute votre vie. Encore faut-il savoir reconnaître ce pour quoi on est fait.

La pire chose qui puisse vous arriver est de suivre un mauvais modèle. C'est le cas lorsque, aveuglé par la perspective de gains faciles, vous vous engagez sur une voie qui n'est pas la votre.

Votre premier objectif serait donc d'identifier ce pour quoi vous êtes fait. Ce qui vous plaît. Si vous ne le savez pas encore, n'hésitez pas à fréquenter différents milieux. Intéressez vous aux métiers des uns et des autres. Si vous n'avez pas d'emploi profitez de l'intérim pour multiplier vos expériences.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

D'ailleurs vous devez vous poser cette question : si demain vous appreniez qu'il ne vous restait que quelques jours à vivre, que feriez-vous ?

Si votre réponse n'est pas « *ce que je fais tous les jours* » alors vous êtes sur la mauvaise voie.

Trouvez un sujet que vous travaillerez à fond et posez vous comme spécialiste de la question le moment venu.

Vous n'avez pas d'idée ? Je vais vous aider très simplement.

## *Le Processus d'Autoréférence*

### **Acte 1 : si je vous offre une glace au chocolat, vous vous levez ?**

Vous allez prendre une feuille de papier et un stylo.  
Si vous êtes plus moderne, vous utiliserez votre  
traitement de texte préféré.

Pour débiter, vous l'avez déjà sans doute fait, mais  
sauriez-vous me décrire ce pour quoi vous vous  
lèveriez chaque matin avec plaisir ? Pour une glace  
au chocolat ? Votre série préférée ?

Attention, je ne vous demande pas de définir un  
objectif. Non, ce qui m'intéresse c'est que vous me  
mettiez par écrit ce qui vous branche, ce qui vous  
amuse, ce que vous faites naturellement.

Voici ce que j'aurais mis en vrac :

- Jouer au tennis
- Lire

## *Le Processus d'Autoréférence*

- Surfer
- Créer des illusions
- Etonner mes amis
- Me documenter sur la mémoire, les sciences cognitives
- Créer des visuels avec Photoshop
- Prendre la voiture et rouler
- Aller sur la plage
- Jouer à différents jeux de société
- M'installer sur une terrasse
- Aller au cinéma
- Ecrire...

Ecrivez tout ce qui vous vient naturellement. Tout ce qui vous fait plaisir, sans vous brider ni vous censurer. Il est important que vous identifiiez vos passions. Car c'est à partir de vos passions qu'il faudra travailler, et rien d'autre.

Vous y êtes ?

## *Le Processus d'Autoréférence*

Vous avez face à vous vos « moteurs ». Votre liste n'est pas figée, vous pourrez la compléter autant que vous le voudrez dans le temps.

Alors, évidemment, vous allez me demander : « *ok, Vincent, c'est bien joli tout ça, mais on ne gagne pas sa vie en s'amusant ! J'ai une famille, je ne peux pas faire n'importe quoi !* ».

Soyons clair. Vous êtes en train de lire cet ebook car vous aimeriez vous épanouir. Dépasser vos limites. Libérer votre potentiel.

La première partie vous explique comment, par l'apprentissage, vous allez élargir votre zone de confort, vous créer de nouvelles références et optimiser vos pouvoirs. Si vous lisez cette seconde partie, c'est que, à priori, vous cherchez votre chemin.

## *Le Processus d'Autoréférence*

Certaines personnes se plaisent dans leur métier, dans leur vie. Elles ont juste besoin de retrouver un certain sens à leur vie. Bien souvent, le fait de s'engager dans des actions sociales, caritatives, via des associations par exemple, suffit. Et c'est très bien.

D'autres personnes en revanche – peut-être est-ce votre cas – ne sont pas heureuses ni au travail, ni au foyer. C'est qu'il leur manque quelque chose. Bien souvent, cette petite flamme qui embellirait leur vie.

Nous sommes dans un pays qui tend irrémédiablement vers le service, le tertiaire. Le travail à l'usine, l'industrie, l'agriculture, même si c'est dur à entendre, sont en perte de vitesse. Le travail aujourd'hui tourne principalement autour du service.

## *Le Processus d'Autoréférence*

La France est un pays qui manque d'initiatives personnelles. En 2006, on répertoriait environ 2.700.000 entreprises. On estime que 48% de ces entreprises sont individuelles. Ce qui revient à écrire que sur 60.000.000 d'habitants en France, seulement 1.350.000 personnes travaillent en solo !

Pourquoi ?

Parce qu'entreprendre fait peur. L'image n'est pas toujours bonne. Souvent, un entrepreneur est perçu comme un libéral au mauvais sens du terme.

Et pourtant.

Travailler pour soi présente bien des avantages. Bien sûr, il y a des tas d'inconvénients : beaucoup d'heures (mais entre nous, quand on s'amuse, il n'y a pas de problème), des tas d'impôts, l'incertitude du lendemain (ça pousse à la créativité).

## *Le Processus d'Autoréférence*

Je n'ai jamais regretté d'avoir franchit le cap. Il y a eu des moments difficiles, il y en aura encore. Mais dans l'absolu, surtout aujourd'hui, vous ne risquez pas grand-chose à créer votre petite affaire.

Surtout, je vais vous confier un secret : la valeur de votre entreprise, c'est vous. Car tout en travaillant vous étoffez vos connaissances, vos compétences, vos expériences et votre réseau. Vous utilisez le Processus d'Autoréférence par défaut.

Et si demain ça ne se passe pas bien ? Si vous perdez tout ? Entre nous, à moins d'avoir investi des millions d'euros, vous ne risquez pas grand-chose. Une entreprise individuelle peut se démarrer en parallèle avec votre emploi actuel. Ou avec une mise de fond relativement basse : et si vous lisiez les témoignages d'entrepreneurs ?

**Acte 2 :**  
**Combien pouvez vous gagner  
en vous amusant ?**

Dites, puisqu'on parle de référence. Pensez-vous vraiment qu'il faille travailler plus pour gagner plus ? Si c'était vrai, est-ce que ça voudrait dire que Bill Gates, qui gagne des milliards, dispose de plus de temps que vous ?

Non, bien sûr que non. Travailler mieux, c'est ça le secret.

Bien, qu'allez-vous faire maintenant ? Je vous propose de faire marcher vos neurones, de stimuler votre créativité. Si vous avez suivi mes cours sur la mémoire [pub] <http://developpez-votre-memoire.com> [/pub] vous devez avoir étudié l'art du Schéma Heuristique. Cette technique, popularisée par Tony Buzan sous le nom de Mind Mapping, vous

## *Le Processus d'Autoréférence*

permet d'un côté de synthétiser des informations...  
mais aussi d'explorer différentes idées.

Vous avez différentes passions. Comment faire de ces hobbies un service ?

Admettons que vous soyez fan d'animaux domestiques. Que pourriez-vous proposer comme service ? Et comment l'exploiter à fond ?

Voyons à quoi pourrait ressembler un Schéma Heuristique autour de ce thème. Le principe est simple : dans une bulle, au milieu d'une feuille de papier, inscrivez simplement « Animaux Domestiques ». Puis, essayez de trouver des correspondances : à quoi ça vous fait penser ?

## Le Processus d'Autoréférence



J'aurais pu aller plus loin, mais le principe est là... et moi ça me suffit pour vous donner des idées.

## *Le Processus d'Autoréférence*

D'emblée ça me rappelle un service de garde à domicile auquel j'ai fait appel. Pour une douzaine d'euros par jour, quelqu'un vient s'occuper de vos animaux : il leur donne à manger, joue avec eux...

Ce que j'ai trouvé intéressant dans leur démarche, c'est qu'ils ont carrément pignon sur rue ! Dans leur petite boutique, ils vendent des « goodies » : jouets, laisses, litière etc...

A leur place, j'exploiterai à fond le marché du net en créant un site spécialisé sur les soins du chien, du chat etc... Je mettrai en place une formation de quelques heures pour éduquer efficacement son animal (après, bien entendu, m'être formé dans ce domaine).

Vous comprenez la démarche ? Se spécialiser, c'est aller au bout des choses. C'est devenir incollable.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

C'est maîtriser « l'économie de marché » de votre secteur.

Vous spécialiser ne doit pas vous dispenser de continuer à nourrir votre mémoire. Vous seriez surpris des « ponts » qu'on peut créer entre différentes disciplines ! Ne vous limitez pas à votre secteur d'activité. Soyez curieux. Innovez. Soyez audacieux. Apprenez, toujours. Vous vivrez plus heureux.

## Pour conclure

**S**i vous ne l'avez pas encore fait, je vous invite à vous inscrire sur mon site/blog <http://les-secrets.com> : vous y découvrirez plusieurs articles sur différents sujets. Vous aurez aussi accès à différents ebooks et audios en libre téléchargement. Des cours de développement personnel sont également à votre disposition.

Avant de vous quitter, j'aimerais partager avec vous une sélection de sites qui vous permettront d'optimiser vos connaissances, compétences et expériences.

<http://www.culture-generale.fr> : si ce site n'existait pas, je l'aurais créé. Idéal pour parfaire votre culture générale, c'est très bien écrit.

## *Le Processus d'Autoréférence*

<http://www.jesuiscultive.com/> : apprenez chaque jour quelque chose de nouveau !

<http://www.letudiant.fr/bac/bac-culture-generale.html> : plus pointu, de vraies questions scolaires.

<http://www.histoire-en-ligne.com> : excellent site qui retrace l'Histoire à partir de biographies, de monuments etc...

<http://www.memo.fr> : site historique avec chronologies.

<http://www.lesdebrouillards.com> : la science vulgarisée.

<http://www.biographie.net> : Le site le plus complet sur les biographies. Avec, en prime des liens très intéressants.

## ***Le Processus d'Autoréférence***

Amicalement,

Vincent DELOURMEL

Août 2008.