

BRIAN TRACY



**LIBÉREZ
VOTRE POTENTIEL
ET RÉUSSISSEZ**
EN 7 ÉTAPES

**BEST-SELLER
INTERNATIONAL**

A L I S I O



LIBÉREZ VOTRE POTENTIEL ET RÉUSSISSEZ EN 7 ÉTAPES

Écrit à l'attention de celles et ceux qui veulent surmonter leurs difficultés et réaliser leurs rêves, tout en ne sachant pas vraiment par où commencer, cet ouvrage est un livre qui fait du bien, qui aide à croire en son potentiel et à emprunter le chemin de la réussite.

Brian Tracy détaille les 7 étapes clés du succès :

1. La connaissance de soi et de ses objectifs ;
2. l'importance de rester concentré(e) ;
3. l'attention aux conséquences ;
4. la poursuite *sine qua non* de ses buts ;
5. la recherche absolue de l'excellence ;
6. l'indispensable qualité de l'entourage ;
7. et enfin, la persévérance.

Un livre pour accomplir plus en quelques mois qu'une majorité de personnes dans toute leur vie.

Brian Tracy est un conférencier réputé et spécialiste de la formation et du développement individuel pour les particuliers et les sociétés. Il a déjà donné plus de 5 000 conférences et colloques à plus de 5 millions de personnes dans le monde et ses livres ont été traduits dans plus de 40 langues et 64 pays.

ISBN 979-10-92928-21-1



14 euros
Prix TTC France

Rayon librairie : Vie professionnelle

ALISIO

Design : Laurence Henry
Illustration : Shutterstock

BRIAN TRACY

BEST-SELLER EN MANAGEMENT



**LIBÉREZ
VOTRE POTENTIEL
ET RÉUSSISSEZ**
EN 7 ÉTAPES

A L I S I O

Suivez toute l'actualité des éditions Alisio sur le blog :

www.alisio.fr

Alisio est une marque des éditions Leduc.s

Traduction : Alain Bories

Mise en page : Indologic, Pondichéry, Inde

Couverture : Laurence Henry

Titre de l'édition originale : Bull's-Eye

Copyright © Brian Tracy, 2015

Crédits Photographiques : pages i, vii, 9, 23, 35, 46, 52, 65, 67,
71, 84, 93, 97, 101, phipatbig/Shutterstock; page 14, All Vectors/
Shutterstock; page 63, Lynn Harker/Sourcebooks

© 2016 Alisio,

une marque des éditions Leduc.s

17, rue du Regard

75006 Paris – France

E-mail : info@editionsleduc.com

ISBN : 979-10-92928-21-1

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite sous quelque forme ou par tout moyen électronique ou mécanique, y compris stockage de l'information et de récupération des systèmes, sauf dans le cas de brèves citations dans des articles ou des commentaires, sans autorisation écrite de son éditeur,
Sourcebooks, Inc.

Achévé d'imprimer en Italie par

LEGO S.P.A.

Lavis (38015)

Dépôt légal : août 2016

Table des matières

Introduction : Mettre dans le mille	v
1 : La clarté	1
2 : La focalisation	11
3 : L'intention	25
4 : La concentration	37
5 : L'excellence.	51
6 : Les personnes.	69
7 : La persévérance	87
Biographie de l'auteur	103



INTRODUCTION

Mettre dans le mille

Nous vivons une époque passionnante. Malgré les aléas de la conjoncture, tant de gens n'ont jamais eu tant d'occasions de réaliser tant d'ambitions.

En vérité, vous avez en vous davantage de potentiel que vous n'en réaliseriez en cent vies. Et plus vous utilisez votre potentiel, plus celui-ci croît et embellit. Plus on apprend, plus on devient capable d'apprendre.

Il n'y a aucune raison pour que vous ne gagniez pas le double de votre salaire actuel, et même cinq ou dix fois plus. Vous avez autour de vous des gens qui ne sont ni plus malins ni plus savants que vous, et qui gagnent déjà ça. Ce que d'autres ont fait, vous pouvez vous aussi apprendre à le faire.

La clarté, la focalisation et la concentration

Vous avez en vous la capacité de réaliser plus de choses qu'avant, à condition d'acquérir trois qualités mentales : la clarté, la focalisation et la concentration.

Vous devez établir clairement qui vous êtes et ce que vous voulez. Vous devez vous focaliser sur vos buts et vos activités les plus importantes. Et enfin, vous devez vous concentrer intensément pour achever vos tâches et atteindre vos buts.

Depuis l'aube de l'histoire, les gens qui ont obtenu des résultats extraordinaires et réalisé des exploits grandioses ont cultivé ces trois facultés.

Par bonheur, elles peuvent se cultiver par la pratique et la répétition. De même que l'on développe ses muscles physiques grâce à un dur travail et à beaucoup de concentration, on peut aussi développer ses muscles mentaux par la répétition permanente.

Votre but dans la vie doit être de réaliser toutes les merveilles qui sont possibles pour vous. Vous voulez

décrocher le pompon, comme au manège, ou encore toucher le cœur de la cible, comme au jeu de fléchettes.

Dans les pages qui suivent, vous apprendrez comment libérer vos capacités de réussite, vous en ferez davantage en quelques mois que beaucoup de gens leur vie durant. Allons-y!

ACCOMPLISSEZ

davantage dans les
mois qui viennent que
la plupart des gens leur
vie durant.





CHAPITRE UN

La clarté

Le 13 novembre 1899 naquit en Pennsylvanie un homme remarquable du nom de Howard Hill. Il aimait le sport et se distinguait surtout au baseball et au football. Il comprit très jeune qu'en dépit de ses talents dans ces deux sports, il n'avait pas la capacité d'y devenir un champion. Il se tourna alors vers le tir à l'arc, moins concurrentiel.

Il s'avéra que ce sport convenait à merveille à Howard Hill. Au fil des ans, il remporta 196 victoires consécutives en compétition : d'autres se seraient contentés d'un ou deux titres mais lui, il devint le meilleur archer du monde. Il construisit son propre arc, plus long, qui lui permettait de tirer plus loin et avec plus de précision.

Fort de cette capacité, il devint le plus grand chasseur à l'arc de l'Histoire ; Nemrod pouvait aller se rhabiller et, en compétition, les autres concurrents ne visaient, au mieux, que la deuxième, la troisième ou la quatrième place.

Vous pouvez battre le meilleur

Néanmoins, Hill en personne n'aurait eu aucune chance face à vous – quel que soit votre niveau – s'il eût été incapable de voir la cible.

Imaginons une épreuve de tir à l'arc, mais avec un drap ou une couverture devant la cible. Avec tout le talent et l'expérience du monde, nul ne serait capable de toucher cette cible invisible. Comme disait Zig Ziglar : « On ne peut atteindre une cible que l'on ne voit pas. »

Pour vous, c'est pareil. Tant que vous ne saurez pas parfaitement ce que vous voulez – votre but, au cœur de la zone ciblée – vous serez incapable de gagner un championnat dans ce sport suprême qu'est la vie.

Quelle est votre cible ?

D'après Lewis Carroll, si on ne sait pas où l'on va, n'importe quel chemin peut nous y conduire.

Thomas Carlyle a écrit : « Une personne qui a une intention claire progresse vers son but quelles que soient les embûches du chemin. Une personne, en revanche, qui

n'a aucune intention précise n'accomplira aucun progrès, serait-ce sur la route la plus lisse. »

Plus vous saurez clairement qui vous êtes – goûts et dégoûts, désirs, buts et objectifs – plus vous ferez de progrès, même dans les circonstances les plus difficiles.

Quel est le travail le plus précieux et le plus important que vous faites? La première fois que l'on m'a posé cette question, je n'étais pas sûr de ma réponse. Puis j'ai découvert ce que c'est : réfléchir!

Réfléchir est le travail qui vous rapporte le plus, car l'importance d'une tâche est proportionnelle à ses conséquences potentielles. Une chose sans importance n'a que des conséquences potentielles mineures.

Déterminer les conséquences

En termes de gestion du temps, une des meilleures façons de fixer ses priorités est de réfléchir aux conséquences probables du fait que l'on exécute une tâche ou pas. Les gens qui réussissent consacrent le plus clair de leur temps à des tâches et activités qui ont des conséquences potentielles

importantes. Elles ont en germe un impact notable sur l'avenir. En revanche, les ratés, ceux qui n'arriveront jamais à rien, passent leur temps à faire des bricoles sans conséquence.

De toutes nos activités, la réflexion est celle qui a les conséquences les plus importantes. Sa qualité détermine celle de vos choix et de vos décisions. Et vos choix et vos décisions déterminent les actions que vous entreprenez. Au bout du compte, ce sont ces dernières qui fixent la qualité et la quantité des résultats que vous obtenez.

Dans la vie et au travail, tout est affaire de résultat. Au bout du compte, on est jugé par les autres et par soi-même sur les résultats que l'on obtient. Et leur qualité dépend pour une large part de la qualité de la réflexion qui a précédé les actions entreprises.

La loi de la probabilité

Votre but est de réussir au mieux dans tous les domaines de la vie qui comptent pour vous. Heureusement, vous avez une maîtrise considérable de ce qui vous arrive et de ce que vous réalisez. En faisant certaines choses d'une

certaine façon, encore et encore, vous pouvez augmenter de façon spectaculaire vos chances de gagner davantage d'argent et de vivre une vie excitante. Cela vous offre des chances bien plus importantes de taper dans le mille de vos ambitions.

Prenons un exemple. La loi de la probabilité enseigne qu'il existe une probabilité pour que n'importe quelle chose arrive, et que cette probabilité peut être calculée avec une précision impressionnante. Une des grandes découvertes des sciences statistiques est que vous pouvez augmenter votre probabilité de succès dans n'importe quel domaine en faisant davantage de choses de la même façon que les gens qui y réussissent.

Décrocher le pompon

Imaginons un jeu de fléchettes et sa cible. Le cœur de la cible vaut cinquante points. Chacun des cercles concentriques qui l'entourent vaut respectivement quarante points, trente, vingt, dix et zéro.

Imaginons un joueur de fléchettes amateur. Il est dans un bar, légèrement éméché. L'éclairage est faible. La

cible est à dix ou douze mètres. Cela ne l'empêche pas de lancer une fléchette après l'autre.

Selon la loi de la probabilité, du moment qu'il continue à lancer fléchette sur fléchette même dans ces conditions peu favorables, il finira tôt ou tard par en planter une dans la cible.

Espérer toujours

S'il continue à tirer pendant des heures, des jours, des semaines et des années, il est certain que tôt ou tard, il plantera sa fléchette dans le cinquante.

Beaucoup de gens vivent de cette façon. Ils désirent et espèrent décrocher le pompon au manège forain de la vie, ils en rêvent. Ils tentent des dizaines et des centaines d'approches. Ils continuent inlassablement à lancer flèche après flèche en direction de cette cible qu'est la vie. Et puis, de guerre lasse, ils abandonnent et se vautrent dans la médiocrité. Ils se convainquent qu'ils sont nuls et qu'ils n'auront jamais les compétences ni la capacité d'atteindre le cinquante dans le jeu de la vie.

Améliorer ses probabilités

Mais qu'arrive-t-il à ce brave joueur s'il décide de changer de stratégie? S'il se donne pour objectif d'atteindre le cinquante et de gagner? Il se fait coacher par un spécialiste chevronné du jeu de fléchettes et suit les meilleures formations disponibles dans ce sport. Au lieu d'être distrait, fatigué et à moitié saoul, il se présente chaque fois frais comme un gardon. La cible est bien éclairée, à quelques mètres seulement.

Quelles sont à présent ses chances de toucher le cinquante? Elles sont bien meilleures grâce à la façon dont il s'est préparé et placé.

Et qu'arrivera-t-il s'il dispose lui aussi d'une réserve inépuisable de fléchettes et qu'il continue à les lancer, mesurant et contrôlant soigneusement chaque tir, corrigeant sa position et son lancer, et qu'il multiplie inlassablement les tirs?

La victoire est prévisible

Dans ces nouvelles conditions, il a presque 100% de chances de finir par toucher le cinquante. Et dès qu'il

Libérez votre potentiel et réussissez

y est arrivé, s'il continue à s'entraîner et à progresser, il finira par pouvoir toucher le cinquante presque à tous les coups dans le grand jeu de la vie.

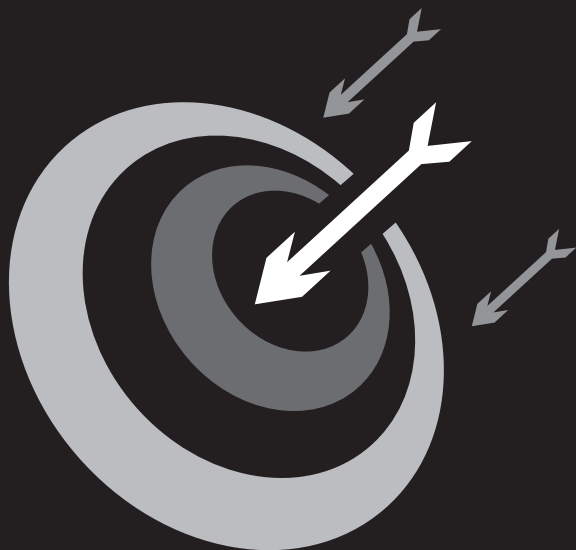
Pour vous, c'est pareil. Vous augmenterez de façon spectaculaire vos chances de taper dans le mille de la vie si vous agissez comme les champions de votre domaine, encore et encore.

Le secret, c'est la clarté. Vous devez établir très clairement qui vous êtes, ce que vous voulez vraiment et les étapes que vous devez parcourir pour réaliser vos ambitions.

Vous devez faire tout votre possible pour améliorer vos chances de réussir vraiment votre vie. Ce qui nous conduit à l'exercice suivant pour faire mouche : les buts.

« On ne peut atteindre une cible que l'on ne voit pas. »

~ Zig Ziglar





CHAPITRE DEUX

La focalisation

« Le succès n'est qu'affaire de but, tout le reste est baratin. »

—*Lloyd Conant*

Pour atteindre son but dans la vie, il faut savoir de façon précise en quoi ce but consiste et où il se trouve. L'intention que vous définissez comme prioritaire, le but qui passe à vos yeux avant tous les autres, est le point de départ d'un succès sans pareil.

Définir cet objectif est à la fois simple et puissamment efficace : cela peut changer votre vie. Et cela se fait en sept étapes :

Étape Une

Décidez précisément ce que vous voulez. Imaginez que vous n'avez pas de limites. Imaginez que vous avez tout le talent et les capacités, toutes les connaissances et toutes

Libérez votre potentiel et réussissez

les compétences, tous les contacts et toutes les relations et enfin tout l'argent et les ressources qu'il vous faut pour obtenir ce que vous voulez vraiment de la vie.

Ne bridez pas votre réflexion. Laissez derrière vous le passé et ses obstacles. Tournez-vous vers l'avenir avec confiance, il n'est limité que par votre imagination : comme celle-ci ne connaît pas de limites, votre avenir non plus.

Soyez précis :

1. Définissez avec précision ce que vous voulez. Voilà qui vous distinguera de 80 % des gens qui, globalement, ne savent pas ce qu'ils veulent.
2. Comme le disait Einstein : « Si vous ne pouvez pas l'expliquer simplement, c'est que vous ne l'avez pas suffisamment bien compris. »
3. Si vous demandez à quelqu'un : « As-tu des buts? », il vous répondra toujours quelque chose comme : « Bien sûr! »
4. Mais quand vous demandez quels sont ces buts, on vous dira : « Je veux devenir riche. Je veux mincir. Je

veux être heureux. Je veux avoir une jolie maison, une belle voiture, des vêtements de marque. Je veux voyager.»

5. Or ça, ce ne sont pas des buts, mais des envies. Et une envie ne produit pas d'énergie.

Les gens ne se donnent pas de buts

Le drame, c'est que les gens s'imaginent avoir des buts alors qu'ils n'ont que des envies. Par conséquent, ils ne prennent jamais le temps de faire le point pour identifier de façon claire des buts précis. De ce fait, ils ne réalisent qu'une fraction de ce qui serait à leur portée.

Étape Deux

Couchez par écrit vos buts mesurables. 3% à peine des adultes se donnent ce mal et ce sont ces 3% qui, d'après des enquêtes de Yale et Harvard, finissent par gagner dix fois plus que les gens sans buts.

Le simple fait de mettre par écrit vos buts vous fait entrer dans un club très sélect dont ne font partie que 3% des adultes d'aujourd'hui. Rédiger vos buts noir sur blanc

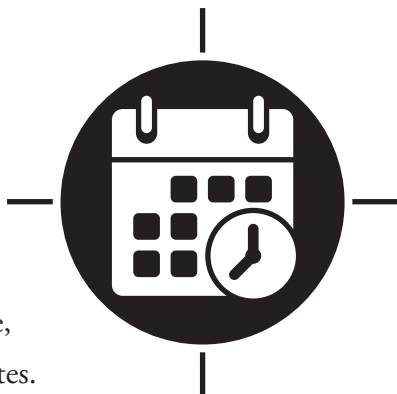
active la loi de la gravitation : cela attire dans votre vie des gens, des idées et des ressources qui vous rapprocheront de vos buts et rapprocheront vos buts de vous.

Étape Trois

Fixez-vous une échéance. Déclarez à votre subconscient quand vous voulez avoir atteint votre but. Votre subconscient adore les calendriers : ce sont des carcans qui déclenchent dans votre esprit, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, une activité visant à atteindre le but de votre vie.

Si votre but est suffisamment ambitieux, prévoyez des étapes intermédiaires sur votre calendrier. Si l'échéance est à un an, morcelez-la en objectifs mensuels, voire hebdomadaires.

Et si vous n'y arrivez pas? Facile! Vous fixez une autre date, puis une autre et ainsi de suite si nécessaire. N'oubliez pas : il n'y a pas de but irréaliste, il n'y a que des délais irréalistes.



Parfois, vous atteindrez votre but en avance, parfois en retard. Mais vous devez avoir une cible et un calendrier.

Étape Quatre

Faites une liste. Écrivez tout ce que vous avez à faire pour atteindre votre but. Identifiez les connaissances et compétences que vous devez acquérir. Identifiez les obstacles qu'il vous faudra surmonter. Identifiez les personnes dont vous devrez obtenir l'aide.

Cette partie du processus est indispensable. Quand vous avez une grande ambition – par exemple doubler vos revenus ou vous mettre à votre compte – elle vous apparaîtra d'emblée décourageante, avant même d'avoir mis la main à la pâte.

Mais quand vous écrivez la liste de toutes les tâches et activités que vous devez accomplir pour réaliser votre objectif, votre but commence à devenir plus crédible, plus réalisable. Vous commencez à vous dire : « Peut-être n'arriverai-je pas à réaliser la totalité de mon ambition, mais je peux au moins faire telle ou telle chose. »

**Nous espérons que cet extrait
vous a plu !**



**Libérez votre potentiel et réussissez
en 7 étapes**

Brian Tracy



J'achète ce livre

Merci de votre confiance, à bientôt !

A L I S I O