

LA MAGIE DE *L'ACTION*

SOMMAIRE
AVANT-PROPOS
COMMENT LIRE CE LIRE



La vie ne tient qu'à un fil... Saisissez-le !

SOMMAIRE

AVANT-PROPOS.....	9
COMMENT LIRE CE LIVRE ?	19
1. QUE FAUT-IL POUR ETRE HEUREUX ?.....	27
2. LE MONDE SE DIVISE EN 3 TYPES DE PERSONNES	37
3. LA PRISE DE CONSCIENCE	51
4. LES ACTIONS ENTRAINENT DES RESULTATS	65
5. LA PRISE DE DECISION.....	75
6. VERS UNE MEILLEURE VERSION DE SOI	83
7. ÉTABLIR SA DESTINATION	98
8. LES BIENFAITS DES OBJECTIFS	115
9. VOIR GRAND. COMMENCER PETIT.....	123
10. L'INFLUENCE DE L'ENVIRONNEMENT.....	132
11. VOUS ETES CE QUE VOUS PENSEZ ETRE	148
12. QUI EST VOTRE RIVAL ?	163

13. VOUS PENSEZ TOUT SAVOIR ?	171
14. ÉTABLIR SON PLAN D'ACTION.....	184
15. LE PASSAGE A L'ACTION	192
16. LA MAGIE DE L'ACTION ET SES BENEFICES	217
17. ENTREtenir L'ACTION ET MAINTENIR LE CAP	229
18. LA BONNE ATTITUDE	236
19. L'INGREDIENT SECRET	247
20. VOTRE HISTOIRE, VOTRE PELOTE DE LAINE	258
POUR ALLER PLUS LOIN.....	266
ANNEXES.....	268
A PROPOS DE L'AUTEUR	274
NOTES.....	279

AVANT-PROPOS

Ce que vous allez lire dans les lignes qui suivent a été mis à jour dans le cadre la nouvelle édition. En effet, ce livre s'intitule *La Magie de l'Action*, et pour cause, et pour conséquence, il porte bien son nom, car il est le résultat de la magie de l'action elle-même. De plus, puisque rien n'est figé et que le mouvement est perpétuel, le livre continue d'évoluer et de faire évoluer ses lecteurs, symbolisant encore un peu plus le concept qu'il se propose d'expliquer : celui de la magie de l'action.

De ce fait, dans cette nouvelle édition vous trouverez une mise en page actualisée et des liens pour accéder à des ressources complémentaires. Ce livre a pour but de véhiculer un message éducatif inspirant et positif, afin de permettre à quiconque le désirent d'entreprendre sa vie et de réaliser ses aspirations. Les blocages, les limites, et les freins sont en chacun de nous, et nous pouvons les lever et les surmonter grâce à un travail personnel. Ce travail est en réalité un éveil d'une part, et, un cheminement d'autre part. Je vous propose d'entamer le vôtre, et pour ce faire, je vous accompagne tout au long de ces chapitres pour vous guider, étape par étape, vers qui vous êtes réellement : un être accompli.

10 AVANT-PROPOS

Si vous souhaitez reprendre le contrôle sur votre vie et oser agir, ce livre est fait pour vous. Avant de commencer votre aventure personnelle, je vous explique davantage le contexte et les intentions de cet ouvrage. Ainsi, permettez-moi de vous présenter ce guide de développement personnel, qui, je l'espère, aura un impact sur votre vie. Il retrace le cheminement, étape par étape, qui m'a permis et qui vous permettra de passer à l'action et d'accueillir ses bénéfices dans votre vie.

« Je ne peux pas agir à votre place, mais je peux vous aider », tel est mon message.

Beaucoup de personnes souffrent de frustration face à une vie qui ne les satisfait pas et ne les comble pas. Ce sentiment est entretenu notamment par la société dite moderne dans laquelle nous vivons. Dans une société où tout va très vite et où le besoin est créé en permanence chez l'individu, il peut nous arriver de chercher notre place. Nous avons des rêves, des désirs, des ambitions ou tout simplement des besoins, et nous aurions tort de faire une croix dessus en demeurant spectateurs de notre propre vie tandis que d'autres personnes parviennent à exceller et s'épanouir, dans quelque domaine que ce soit.

Cette notion de spectateur est en opposition à celle d'acteur. En effet, l'acteur est celui qui agit. La différence

entre l'acteur et le spectateur est que l'un agit et passe à l'action tandis que l'autre observe passivement. L'un avance et obtient des résultats et l'autre stagne et rumine dans son coin.

Je me suis moi-même retrouvé dans une situation similaire et je suis passé de spectateur à acteur de ma vie. De nature énergique, j'aime m'investir dans de nouveaux projets et j'ai toujours eu certaines aspirations ambitieuses visant la réussite. Mais qu'est-ce que la réussite ? En fait, il y a autant de réussites que de personnes. Tout dépend de vos objectifs et cette notion est primordiale si vous désirez avancer et vous accomplir. Ainsi, différents domaines de notre vie sont concernés, comme la gestion des émotions, l'aspect financier, la vie sociale, la santé, etc. Pour ma part, j'accorde une place importante à la liberté et au bien-être, mais aussi à la spiritualité et aux expériences.

En effet, je me suis senti pris au piège de mon existence et je me suis remis en question pour comprendre et changer certaines choses nécessaires, et c'est ce processus que je vais partager avec vous tout au long de cet ouvrage. À la fin de ce livre, vous saurez où vous allez et comment y parvenir. Chacun a sa destination en fonction de ses aspirations, mais le processus est

12 AVANT-PROPOS

similaire et repose sur quelque chose que j'appelle : la magie de l'action. Ce livre vous aidera à devenir l'acteur de votre vie.

Comment une simple action aujourd'hui que vous pourriez juger d'insignifiante peut-elle avoir des répercussions considérables par la suite ?

La vie est courte et elle ne tient qu'à un fil, mieux vaut en profiter un maximum et la vivre sans regret. Une métaphore que j'aime employer pour illustrer la magie de l'action est celle d'une pelote de laine que l'on déroule. Une fois que vous êtes lancé, il n'y a plus qu'à dérouler la pelote en tirant sur le fil...

Dans ce livre, je vous fais part de mes enseignements et de mes conseils. Je les ai acquis au cours de mon expérience personnelle, de mes voyages, du contenu que je propose, et également grâce aux livres de développement personnel que je lis. Je trouve ce sujet passionnant tant il peut apporter des résultats bénéfiques chez un individu. Votre esprit et votre vie peuvent changer, le rôle que vous avez à jouer dans ces changements est sans pareil.

« Je suis le maître de mon destin, le capitaine de mon âme » disait William Ernest Henley dans son poème

Invictus. J'aime les citations et les proverbes, aussi je vous en ai glissé tout au long de ce livre. Votre force et votre volonté seront ainsi décuplées et vos possibilités s'élargiront grâce à ces inspirations positives.

Beaucoup d'entre nous pensent savoir qui ils sont mais en réalité n'ont pas pris le temps de considérer cette question. En effet, nos attributs physiques et matériels ne suffisent pas à nous définir, de même que notre état civil ou notre profession. En éveillant notre conscience, nous sommes appelés à découvrir qui nous sommes. Comment définir qui nous sommes ? Est-ce par notre prénom et notre nom ? Notre métier ? Notre couleur de peau ou encore notre nationalité ? Peut-être que l'on peut savoir qui nous sommes par notre sexe et notre culture ? « Qui suis-je ? » est une question pleine de sens dont la réponse est délicate lorsque l'on creuse le sujet. Je ne prétends pas pouvoir répondre à cette question, tant notre passage ici-bas est éphémère. En revanche, je pense qu'une grande composante de ce qui nous définit est la manière dont nous agissons. Les actions que nous menons nous aident à nous accomplir. Ce ne sont ni les pensées, ni les paroles, mais les actions qui nous élèvent. L'action est importante pour celui qui se cherche. En effet, elle délivre et permet d'exister pleinement. Elle nous construit de même que nous la construisons et une

14 AVANT-PROPOS

relation entre l'action et nous-même s'installe et se développe.

La Magie de l'Action, est le fruit d'un cheminement personnel. Pour me présenter, voici quelques lignes. Je m'appelle Julien, j'approche la trentaine et j'aime profiter de la vie. Je trouve que la vie est bien trop courte pour accumuler les regrets et la regarder défiler. Rien ne m'a prédestiné à écrire ce livre, si ce n'est qu'à la fin de mes études d'ingénieur a commencé une nouvelle période dans ma vie. Tout changement est une étape clé dans une vie. Dans mon cas, il faut savoir que j'avais jusque-là fait le nécessaire pour répondre positivement aux attentes des autres. À savoir ma famille et la société. J'étais ce jeune diplômé qui avait fait ce qu'on lui avait suggéré de faire. Vient le moment où il faut se prendre en main et travailler. Personnellement, j'avais quelques appréhensions et j'ai retardé mes débuts dans le monde du travail. Entre fêtes, voyages et entrepreneuriat, je me cherchais. Après tout, c'est donc ça la vie ? École, travail, retraite ? Je n'étais pas convaincu. J'aspirais à plus.

C'est à nous de rendre notre vie intéressante et de nous investir dans des projets qui nous sont chers. C'est ce que je pense. Du coup, je me suis documenté de plus en plus et j'ai commencé à lire. Il faut savoir que pour moi,

ouvrir un livre était inconcevable pendant longtemps. J'étais intéressé, mais le format me déplaisait. Puis, j'ai découvert que ce que je traversais et la démarche dans laquelle je tombais peu à peu portaient un nom : le développement personnel, ou comment agir sur son sort et chercher à s'épanouir. Le développement personnel est venu à moi et m'est apparu comme une nécessité. Une quête spirituelle commençait. Comment vivre la vie que je désire ? A la suite d'une prise de décision, j'ai décidé de passer à l'action et de voir où cela mènera. Je créais un site internet sur cette thématique et commençais mes premiers investissements. L'objectif était clair pour moi : prendre le contrôle et créer la vie qui m'inspire. Lorsque je regarde le trajet parcouru en si peu de temps concernant les différents aspects de ma vie, je suis impressionné et je souhaite le partager. Bien entendu, cela ne veut pas dire que l'aventure est finie et que l'évolution n'a plus lieu d'être. En réalité, nous ne sommes jamais arrivés et le cheminement est perpétuel. C'est d'ailleurs cela le véritable trésor, mais cela, je ne l'ai compris qu'une fois avoir initié le changement...

De fil en aiguille, j'ai constaté des résultats encourageants que j'ai décidé de partager. Mon corps, mon esprit, et ma situation personnelle ont évolué

16 AVANT-PROPOS

positivement et je prends plaisir à creuser au plus profond de moi pour en sortir le meilleur.

Ainsi, je suis passé d'un état de spectateur à acteur, du mal-être au bien-être, de l'idée à l'action et les résultats sont au-delà de ce que j'espérais.

C'est un cercle vertueux. Le fait d'écrire et de partager ma vision et mon état d'esprit a plusieurs intérêts.

Tout d'abord, il me permet de solidifier mes connaissances et mes compétences sur le sujet. En effet, le fait d'enseigner, ou de transmettre sur un sujet, si je peux me permettre, demande une certaine maîtrise et une certaine cohérence. C'est un exercice.

Ensuite, cela s'inscrit dans ma volonté de m'impliquer dans une activité qui est en accord avec mes valeurs et qui me permet d'être utile à ma façon. C'est très important d'agir selon ses valeurs et ses principes. Sans cela, on peine à trouver du sens dans ce qu'on fait.

Ainsi, je vous partage dans ce livre la méthode qui fut une réussite pour moi en espérant aider d'autres personnes à donner du sens à leur vie et à s'épanouir. Le bonheur ne se trouve pas au bout du chemin. Il est le chemin lui-même et même si ce chemin est loin d'être

fini en ce qui me concerne, je peux vous garantir que ce qui est dit dans ce livre vous aidera à vous accomplir. L'action a cette magie qui rend tout possible. L'action possède cette magie salvatrice qui vous délivrera de vos maux et de vos frustrations.

Ce livre est un manuel pour toute personne désirant se prendre en main et agir sur son sort. À la fin de ce livre, vous aurez une destination, un but. Vous aurez des objectifs précis et une vision qui vous guidera vers ceux-ci. Vous serez également motivé et vous passerez à l'action, et vos horizons seront élargis.

Les résultats ne sont que les conséquences d'actions précises. La magie de l'action vous attend... En espérant que ce livre vous aidera.

Julien Castel

18 AVANT-PROPOS

COMMENT LIRE CE LIVRE ?

Ce livre a pour but d'aider les personnes à prendre le contrôle de leur vie, et à passer à l'action afin de réaliser ce à quoi ils aspirent. Ce livre s'intitule *La Magie de l'Action*, en revanche, le lire n'a rien de magique. Soyons clairs. C'est l'action qui est magique. Lire vous aidera en vous motivant et en vous donnant une certaine rigueur dans votre cheminement. En revanche, l'erreur courante est de ne pas mettre en application ce que l'on lit et d'espérer des changements. C'est dans ce sens que l'action est magique et que ce livre ne l'est pas. Ce livre est un partage issu de mon expérience, comme je vous l'ai expliqué. Et cette expérience, ainsi que les enseignements qui en découlent ont déjà aidé des milliers de personnes à prendre leur vie en main. Ce qui m'encourage à continuer dans cette voie. Par ailleurs, afin d'en tirer le maximum de bénéfices, voici quelques recommandations que je me permets de vous faire part.

Dans chacun des chapitres de ce livre, vous trouverez une citation qui a pour but de vous inspirer et de vous faire réfléchir. Je vous invite à la méditer avant la lecture du chapitre puis à revenir dessus et à cogiter à nouveau sur ce qu'elle peut signifier et l'utilité qu'elle peut avoir pour votre compréhension.

20 COMMENT LIRE CE LIVRE ?

Également, je vous ai résumé chaque chapitre avant de passer au suivant afin que vous gardiez le meilleur et le plus important du message du chapitre en question. Lorsque vous vous posez des questions au cours de votre cheminement relisez les résumés. Cela aura l'effet d'une pique de rappel. Ce que vous pouvez faire également, c'est de relire les résumés des précédents chapitres avant de reprendre votre lecture. Encore mieux, faites-le à haute voix pour un effet optimal. Je vous parle de l'autosuggestion et de ses bienfaits dans ce livre, et lire à haute voix en fait partie, car cela permet d'ancrer un message.

Chaque chapitre possède une section « Mise en pratique » qui a pour but de vous donner des actions concrètes à mettre en pratique. Je vous conseille de suivre ces instructions et d'agir au fil de votre lecture. Si jamais vous rencontrez des difficultés ou que des questions vous trottent dans la tête, vous pouvez vous rendre sur mon site de développement personnel afin d'y trouver des réponses.

L'adresse est la suivante : **DEV-PERSO.COM**

Je vous invite à lire chaque chapitre deux fois avant de passer au suivant. De plus, les passages qui vous demandent le plus d'effort nécessitent probablement

une attention particulière. Prenez le temps de vous y attarder et de bien réfléchir sur le sens des mots et l'impact qu'ils peuvent avoir pour vous.

Si la lecture est importante et possède de nombreux bénéfices, sachez qu'il en est tout autant pour l'écriture. L'écriture joue un rôle clé dans notre cheminement et permet d'extérioriser ce que l'on a en tête. L'écriture est la première étape pour concrétiser ses idées. N'hésitez pas à écrire et à prendre les notes que vous jugerez pertinentes pour votre cheminement. Des questions vous sont ouvertement posées, répondez-y !

Je vous recommande donc de vous munir d'un carnet dans lequel vous pourrez prendre des notes et écrire quand cela sera nécessaire. Une application ou un support numérique fait également l'affaire, vous êtes libre de faire comme il vous convient le mieux. Prenez cette recommandation au sérieux pour un travail de fond, écrivez.

À la fin de ce livre, vous trouverez des annexes comme des recommandations de livres pour développer votre potentiel et vivre une vie riche et épanouie, faites-vous plaisir.

22 COMMENT LIRE CE LIVRE ?

Enfin, ce livre fait allusion à la thématique du voyage. Chacun d'entre nous est aux commandes de son véhicule et nous sommes en voyage perpétuel. C'est ainsi qu'il faut l'interpréter.

Bonne lecture et bon voyage !

Julien Castel

Mise à jour de la nouvelle édition

Des ressources complémentaires sont à votre disposition pour vous accompagner dans votre développement personnel. Vous trouverez toutes les informations pour y accéder à la fin du livre, dans la partie *Annexes*.

DEV-PERSO VOUS ACCOMPAGNE
DANS VOTRE CROISSANCE
PERSONNELLE À TRAVERS DU
CONTENU ÉDUCATIF INSPIRANT ET
POSITIF.

DEV-PERSO.COM

SUPPORT : CONTACT@DEV-PERSO.COM



La vie ne tient qu'à un fil... Saisissez-le !