Eliott Meunier

ARRÊTEZ D'OUBLIER CE QUE VOUS LISEZ !

Un système simple pour **prendre des notes, stocker vos connaissances et faire émerger des idées**

Éditions EYROLLES

Prendre des notes ça prend du temps, mais ne pas en prendre c'est perdre son temps !

Vous lisez beaucoup mais vous avez l'impression de tout oublier ? La prise de notes est frustrante et vous ne retrouvez jamais ce que vous cherchez ? Vous perdez un temps fou en recherches pour créer des contenus ?

Et si un second cerveau numérique pouvait vous aider ?

Eliott Meunier propose une méthode de gestion des connaissances personnelles, en 6 étapes, qui vous permet de :

- **sélectionner automatiquement les meilleurs contenus**
- **stocker vos connaissances actuelles et futures**
- **retrouver en 30 secondes vos notes d'il y a 8 mois**
- **maîtriser en profondeur un domaine (et en devenir expert)**
- **faire émerger des idées innovantes**

Après la lecture de ce livre, la manière dont vous apprenez, dont vous travaillez et dont vous pensez sera à jamais transformée.

Eliott Meunier est spécialiste de la gestion des connaissances personnelles, vidéaste et auteur. Il apporte un nouveau souffle dans l'apprentissage et la création de contenus par ses méthodes innovantes et efficaces qui ont déjà aidé des milliers de personnes.

Eliottmeunier.com

Eliott Meunier

Arrêtez d’oublier ce que vous lisez !

Un système simple pour prendre des notes, stocker vos connaissances et faire émerger des idées

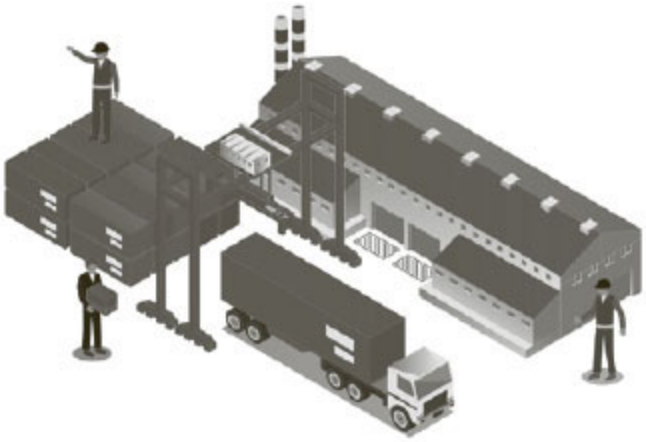
Éditions EYROLLES

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris cedex 05
www.editions-eyrolles.com

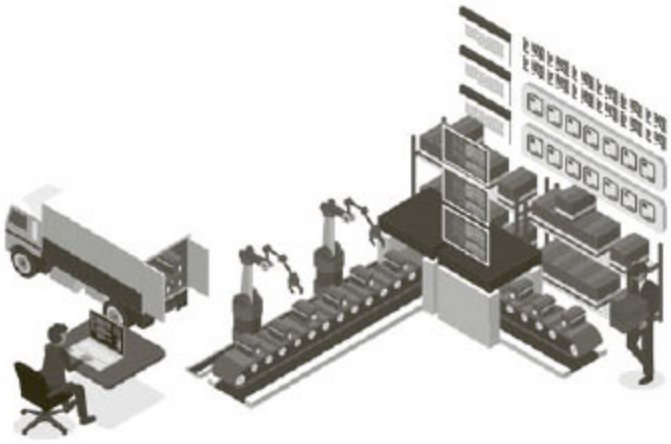
En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2022
ISBN : 978-2-416-00680-7

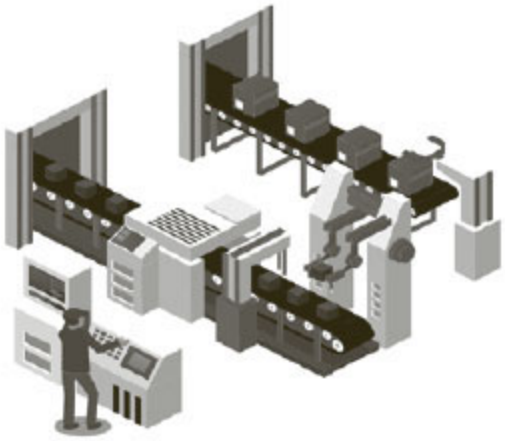
1. SÉLECTION



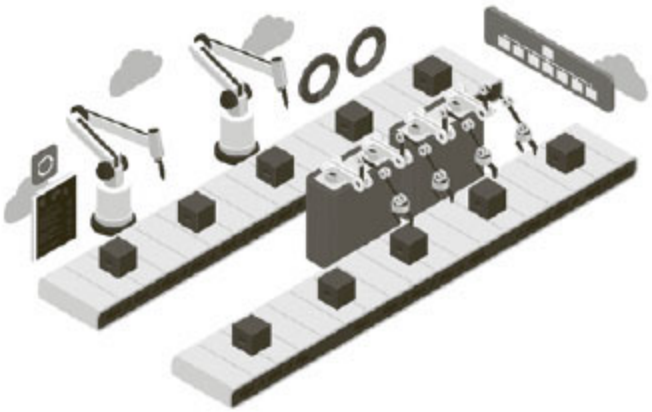
2. CAPTURE



3. DÉCONSTRUCTION



4. ÉMERGENCE



5. FINITIONS

6. ORGANISATION

SOMMAIRE

Préface par Bruno Marion

Introduction

Les quatre périodes et les enjeux de l'attention

Tout le monde est un créateur

Présentation du système dans son ensemble

Le retour sur investissement du système

De la consommation à la production

Les caractéristiques d'un bon système d'organisation personnel

Premier principe : un système doit inspirer confiance

Deuxième principe : un système, pour être efficace, doit être holistique

Troisième principe : un bon système est un système simple

Quatrième principe : la structure n'est pas un plan

Étape 1 : Sélectionner correctement ses sources

Les biais psychologiques qui influencent notre sélection

Quels contenus sélectionner ?

Des systèmes pour libérer son esprit

Étape 2 : La capture

Pourquoi prendre des notes ?
Comment prendre des notes et quoi prendre en note ?
Cas pratiques : comment prendre des notes

Étape 3 : La déconstruction

La formation des idées
Présentation de Zettelkasten
Les caractéristiques d'une bonne note
Comment faire de bons liens dans votre usine ?
Application et exemples
Pourquoi cette méthode est-elle la meilleure ?

Étape 4 : Émergence et création

Pourquoi créer du contenu et partager nos idées ?
La création concrètement
Les pièges de l'audience
Émergence
Comment trouver des idées ?
Vérifier ses sujets
Votre projet d'écriture
Les exercices pour votre lecteur
Le *flow* et la masse critique

Étape 5 : Bienvenue dans l'atelier !

Faites résonner vos idées

Faites résonner vos arguments

Les protocoles de relecture

Soignez votre image, soyez crédible et construisez votre communauté

Restez *Top Of Mind*

Des plans de contenu

Étape 6 : L'organisation

Les principes de productivité

Les principes généraux

Conclusion

Bibliographie

PRÉFACE PAR BRUNO MARION

Souvent, lorsque je donne une conférence, des personnes viennent me retrouver à la fin, au moment où je quitte la scène, pour me poser des questions. Et la question qui revient le plus c'est : « J'ai des enfants, qu'est-ce que vous me conseillez pour eux dans ce monde en pleine transformation ? »

Cette question me touche tout particulièrement car c'est précisément celle-ci qui a déclenché mon choix, il y a vingt ans, de quitter mon travail bien payé et de chercher à comprendre l'incroyable transition que nous, les humains, sommes en train de traverser : comment prospérer dans l'incertitude et aller de mieux en mieux dans un monde qui paraît parfois aller de plus en plus mal ?

Et à cette question, mes deux principales réponses sont :

- Apprenez-leur à apprendre, apprenez-leur à désapprendre et apprenez-leur à ré-apprendre. C'est bien sûr valable aussi pour nous, les grands enfants : apprenons à apprendre, apprenons à désapprendre et apprenons à ré-apprendre.
- Apprenez à vos enfants à traiter une information de plus en plus abondante, comment la trouver, la qualifier et l'interpréter. Et là aussi, c'est valable pour les grands enfants…

Le livre d'Eliott Meunier donne les outils pour répondre très précisément à ces deux enjeux.

L'époque à laquelle nous vivons est incroyable pour plusieurs raisons. Tout d'abord, elle est singulière parce que nous traversons dans nos vies personnelles, nos communautés et à l'échelle de l'humanité une transition qui se passe à une vitesse et à une échelle sans précédent. Bien sûr, individuellement, des vies ont déjà été transformées et chamboulées. Des

sociétés ont vécu des guerres, des épidémies ou des crises incroyables. Mais jamais dans l'histoire de l'humanité autant de vies humaines n'ont été transformées à une telle échelle et à une telle vitesse.

Cette transition sans précédent est pleine de risques d'effondrement collectifs et individuels.

Il n'y a jamais eu aussi peu de conflits armés et pourtant de nombreuses personnes vivent dans la peur de la violence ou du terrorisme.

Nous n'avons jamais été aussi nombreux sur Terre, et nous n'avons jamais autant habité ensemble dans des mégacités, et pourtant, pour beaucoup, le sentiment de solitude n'a jamais été aussi grand.

Le monde n'a jamais été aussi riche collectivement et jamais autant de personnes n'ont vécu dans la misère réelle ou perçue.

Nous n'avons jamais eu autant accès à l'information et en même temps, jamais été autant perdus au milieu des *fake news* et autres théories du complot.

Et pourtant, cette époque est incroyable aussi parce que nous n'avons jamais, dans l'histoire de l'humanité, eu accès d'un simple clic à tous les savoirs et toutes les sagesses que l'humanité a produits au cours des siècles. Ainsi pouvons-nous pour la première fois chercher comment comprendre et agir dans ce monde en transition avec l'aide de toutes les traditions, les religions, les philosophies, les arts ou les sciences, tant occidentales qu'asiatiques… Si nous savons comment trouver, traiter et utiliser ces informations.

Toutes les précédentes grandes mutations de l'humanité ont été liées à des révolutions technologiques à la fois dans les domaines de l'énergie et les domaines de l'information.

Le passage de l'ère de la chasse-cueillette à l'ère de l'agriculture-élevage a été accompagné (déclenché ?) par l'apparition de l'écriture, et de la maîtrise de l'irrigation et de l'énergie hydraulique.

La transition vers l'ère industrielle a été, elle, accompagnée par la révolution de l'imprimerie et la maîtrise de l'énergie de la vapeur, du

charbon, puis du pétrole.

Depuis trente ans, nous vivons à nouveau une incroyable révolution technologique dans les domaines de l'information et de l'énergie : l'apparition, il y a quelques décennies, d'Internet et aujourd'hui, des énergies renouvelables décentralisées.

Nous sommes ainsi probablement témoins et acteurs, volontaires ou involontaires, de l'apparition d'une nouvelle ère de l'histoire de l'humanité.

Ne pas apprendre aujourd'hui à traiter l'information et à gérer les connaissances équivaut à ne pas apprendre à écrire ou à lire il y a quelques siècles !

Au début de leur vie d'adultes, mes parents avaient le choix, ou plus exactement aucun choix, d'une seule chaîne de télévision en noir et blanc. Je me souviens également que la marraine de mon père cachait sa télévision familiale sous un napperon, pensant que cela pouvait être une porte vers l'enfer. Avec le recul, je me dis qu'elle avait peut-être raison !

Au début de ma propre vie d'adulte, j'avais le choix entre trois chaînes et l'apparition d'une quatrième me paraissait être la plus belle chose depuis l'invention de la roue !

En écrivant ces mots, j'ai l'impression de parler d'une époque qui, comme me l'a dit, sans lever les yeux de son smartphone, un jeune ami, date d'avant la disparition des dinosaures…

L'humanité est passée en quelques générations à peine d'une situation de rareté de l'information à celle d'une abondance, puis d'une surabondance, et enfin d'une explosion incontrôlable de l'information.

Cette période est donc pleine de risques. Elle est aussi pleine d'opportunités, d'émergences possibles pour nous, notre famille, nos communautés et pour l'humanité si nous savons surfer sur le tsunami informationnel.

Le livre d'Eliott nous permet de savoir comment apprendre à traiter une information de plus en plus abondante, comment la trouver, la qualifier et

l'interpréter. Il nous permet également d'apprendre à apprendre, d'apprendre à désapprendre et d'apprendre à ré-apprendre avec facilité et légèreté.

Il nous permet surtout de construire notre indispensable « second cerveau ». Celui qui viendra assister, libérer et renforcer le pouvoir, la tranquillité et la créativité de notre premier cerveau, celui que nous utilisons depuis des millénaires.

J'utilise moi-même les méthodes décrites par Eliott dans son livre et, jour après jour, je vois comment elles me permettent de surfer sur le tsunami informationnel, de retrouver de la clarté et de créer des « émergences », non seulement dans mon cerveau, mais aussi, et surtout, dans ma vie.

Alors, je ne vous demande pas de me croire, je vous invite à essayer !

Bruno Marion

Surnommé le « moine futuriste »,
Bruno Marion est l'auteur de l'ouvrage de référence sur la façon de profiter du chaos et de l'incertitude : *Chaos, mode d'emploi*, et de plusieurs livres sur les cultures asiatiques.

INTRODUCTION

Refermez ce livre.

Si vous n'avez pas un stylo à la main, si vous vous apprêtiez à le lire sans prendre de notes, alors je suis d'une part vexé du peu d'estime que vous portez à mon contenu, et d'autre part désolé que vous perdiez votre temps de la sorte. En effet, lire en prenant des notes, ça prend du temps, mais lire sans prendre de notes, c'est perdre son temps.

Alors j'insiste, fermez ce livre et revenez-y un stylo à la main.

Et je vous assure, ça vaut le coup ! Une fois cette lecture terminée, votre rapport à la connaissance sera radicalement transformé, votre manière d'apprendre sera augmentée et vos créations magnifiées. Mais avant de vous en dire plus, laissez-moi vous raconter une histoire.

J'ai été, jusqu'à mes 16 ans, dans le milieu de la danse classique à haut niveau. Je dansais sur la scène de l'opéra Garnier et je prenais mes cours à l'école de danse de l'Opéra de Paris. J'avais la volonté de devenir professionnel et je devais donc, pour y parvenir, progresser un petit peu chaque jour pour rester au niveau de mes camarades de façon à ne pas me faire virer de mon école à la fin de l'année. J'ai longtemps souffert de cette compétition constante avec mes amis. En effet, je pensais que, comme tout le monde recevait les mêmes corrections et dansait le même nombre d'heures par semaine, le seul facteur qui nous différenciait était notre corps. Pourrait-il encaisser plusieurs heures de danse par jour sans casser et serait-il suffisamment adaptable pour appliquer des corrections ? Parmi mes amis, il y avait deux groupes de personnes : celles qui se blessaient sans comprendre pourquoi et celles qui parvenaient à résister aux nombreuses contraintes appliquées par le mouvement sur le corps.

Je pensais que c'était normal, environ 20 % de ma classe était blessée en permanence et tout me semblait cohérent.

Mais un jour, j'ai eu un déclic. Ce déclic a radicalement transformé ma vision de la danse et s'est rapidement propagé à travers tous les domaines de ma vie. Cette révélation m'a permis d'atteindre un niveau de conscience de mon corps supérieur à mes camarades, ce qui m'a permis de développer une danse plus légère et dansée. J'ai même tellement accroché à cette vision du mouvement que j'ai quitté mon école, la plus prestigieuse au monde, pour aller danser avec des professeurs plus conscients du corps et de son anatomie.

Mais alors quel était ce déclic ? Ce nouveau paradigme ?

Pour vous l'expliquer, j'ai besoin de vous raconter comment la plupart des professeurs donnent des corrections à leurs élèves. En général, ils ont une image du mouvement parfait dans leur tête. Ils savent qu'un levé de jambe sur le côté doit ressembler à une forme précise et ils essayent de la projeter sur le corps de leurs élèves. Ainsi, si le professeur constate que vous avez la jambe trop basse par rapport à son image parfaite, il dira simplement « monte ta jambe ». Cependant, il existe une dizaine de manières différentes de lever une jambe ! Et sans lui indiquer quel chemin musculaire utiliser, quelles sensations il devrait ressentir en la levant, l'élève va faire comme il peut pour, lui aussi, rentrer dans cette image parfaite. Bien souvent en prenant en force le mouvement, en ajoutant donc de la crispation dans le haut du corps, et en compensant cette tension par la contraction d'autres muscles. C'est aussi à cause de cette méthode qu'environ 20 % des danseurs de ma classe étaient blessés et à l'arrêt sur le côté de la salle en permanence. Cependant, on pourrait croire que si cette méthode est utilisée dans les meilleures écoles à travers le monde, c'est que c'est la plus efficace pour progresser. Je peux vous garantir que ce n'est pas le cas. Dans les faits, ce genre de méthode mettant en contrainte le corps sans comprendre le mouvement n'apporte que de maigres progrès au fil des jours. Et c'est tout à fait compréhensible. Avec cette méthode, on ne peut arriver à un haut niveau qu'en répétant des milliers de fois un mouvement pour finalement atteindre l'image parfaite.

Maintenant que vous connaissez mieux la méthode d'enseignement traditionnelle en danse, je vais vous raconter mon déclic. Et si vous ne voyez pas encore le rapport avec le sujet de ce livre, je vais vous l'expliquer dans un instant.

J’ai un jour pris un cours avec une coach en technique Alexander, que je ne remercierai jamais assez pour son enseignement, car c’est sans doute l’heure la plus formatrice que j’aie jamais vécue. J’entre dans la salle, une petite pièce de 5 m^2, je pose mes vêtements et j’avance au milieu. La première question qu’elle me pose est la suivante : « Peux-tu me montrer où s’arrête ta colonne vertébrale ? » Sans hésiter, et en jugeant cette question simpliste, je lui montre l’arrière de ma nuque en guise de réponse. Elle me regarde et elle me dit : « Non, ta colonne s’arrête entre tes deux oreilles. Tu m’as dit que tu n’arrivais pas à tourner, maintenant tu sais pourquoi. Si tu ne sais pas où se situe ton axe, comment espères-tu un jour l’utiliser ? » Ce jour-là, j’ai compris que le mouvement ne se corrige pas en ajoutant des contraintes depuis l’extérieur, mais qu’il se forme grâce à des intentions depuis l’intérieur. En comprenant comment mon corps fonctionne, quel muscle je dois précisément solliciter pour lever ma jambe et comment faire pour former ces images parfaites, j’allais enfin progresser en conscience. En effet, je n’allais plus répéter bêtement des mouvements erronés, mais comprendre et déconstruire le mouvement pour pouvoir le rectifier et relâcher les zones du corps qui ne nécessitent pas d’être crispées. Tout était à revoir. Tous les mouvements que l’on m’avait transmis dans la meilleure école de danse au monde étaient erronés. Et le pire dans tout cela, c’est que quand je posai à mon professeur de l’Opéra la même question, il me donna la même réponse que celle que j’avais donnée à ma coach. Un professeur, qui était censé connaître l’anatomie pour donner des corrections dans le respect du corps de ses élèves, se trompait lui aussi sur l’une des questions les plus basiques qu’on pouvait lui poser. Je restai alors profondément troublé par cet événement, qui me poussa finalement à quitter cette école pour aller à un endroit où je pourrais trouver des professeurs plus conscients et plus respectueux du corps de leurs élèves.

Je repartis donc de cette expérience avec une nouvelle mentalité que je n’ai jamais quittée : tout déconstruire au niveau de connaissance le plus profond pour remettre en cause les croyances établies. Le premier domaine que j’eus l’occasion d’étudier avec cette nouvelle vision fut le salariat. En effet, je me demandais : « Quel est l’objectif premier d’avoir un travail ? » La réponse est évidemment de gagner de l’argent. Je me demandais ensuite : « Est-ce que la méthode traditionnelle du salariat est la manière la

plus efficace pour gagner de l'argent ? » La réponse est non, et ce pour deux raisons :

1. On échange notre temps, une ressource précieuse et finie, contre de l'argent, une ressource infinie et fictive.
2. On ne reçoit pas toute la valeur que l'on produit. En effet, notre patron doit forcément nous payer moins que la valeur ajoutée que nous apportons à notre entreprise pour être rentable.

Ainsi, j'ai compris pourquoi le salariat, même s'il représente pour beaucoup une façon sûre de gagner sa vie, était pour moi une sorte de piège. Je commençais ainsi à entrevoir une manière de gagner de l'argent alignée avec mes valeurs : la création de contenu. Et par chance, c'est la manière la plus efficace de gagner de l'argent !

1. C'est une activité sans coût marginal de réplication, qui ne demande pas plus de temps pour produire plus de chiffre d'affaires, mais plus d'attention de la part de ses prospects (nous reviendrons là-dessus dans quelques instants).
2. Je reçois toute la valeur ajoutée que je produis et je n'ai aucune consommation intermédiaire pour créer mes produits, car ces derniers sont numériques. Ainsi, mon chiffre d'affaires est quasiment mon salaire.

L'exemple du salariat est assez parlant pour illustrer cette philosophie de vie empirique et sceptique, et c'est réellement le seul but de cet exemple : en effet, je ne souhaite dénigrer personne. Mais j'aurais pu en prendre des dizaines d'autres, car j'applique cette hygiène de pensée au quotidien dans de nombreux autres domaines. Par exemple, celui de l'écologie. Plutôt que de prendre part à un débat qui reste en surface, car les acteurs qui prennent la parole n'ont pas assez de connaissances pour avoir de nouvelles idées, je choisis d'approfondir chaque domaine de connaissances dont j'ai besoin pour comprendre en détail chaque solution proposée avec une approche la plus macro et intégrale possible. J'évite donc tous les scandales médiatiques et les réseaux sociaux à ce sujet, et je lis les livres les plus exhaustifs que je peux trouver.

Cependant, quand on a pour objectif de remettre en question toutes les connaissances qui nous arrivent au quotidien, une nouvelle problématique se dessine : « Comment rapidement monter en compétence sur un sujet pour pouvoir l'analyser avec plus de profondeur ? » Et c'est ainsi qu'est née ma deuxième obsession : créer le meilleur système de gestion des connaissances personnelles. Pour que nous partions sur de bonnes bases, voici ma définition de la gestion des connaissances personnelles.

> *La gestion des connaissances personnelles est l'ensemble des procédés qu'une personne met en œuvre pour rechercher, organiser et partager la connaissance au quotidien, ainsi que la manière dont ces processus aident son travail, sa vie, son évolution, ou encore ses projets.*

L'objet de ce livre est donc de vous transmettre ces procédés, qui vous permettront de mieux gérer les flux d'informations dont vous êtes bombardés en permanence et d'organiser vos connaissances pour qu'elles vous aident dans votre travail, votre vie et vos projets. Pour cela, nous verrons, en parcourant les différentes phases de cette méthode, que j'ai nommée « Atomic Thinking », les protocoles, logiciels et systèmes que vous pourrez mettre en place dans votre vie. Nous rappellerons, avant de rentrer dans la méthode en elle-même, les caractéristiques d'un bon système, et nous décrirons les grands principes pour vous organiser de manière optimale. Mais avant de rentrer dans le vif du sujet, je vous propose d'observer les enjeux de la gestion des connaissances personnelles aujourd'hui, et même plus, l'importance de savoir capter et gérer l'attention.

LES QUATRE PÉRIODES ET LES ENJEUX DE L'ATTENTION

Prenons de la hauteur en adoptant une perspective historique pour commencer ce livre. Je ne vais pas remonter jusqu'au Big Bang, mais je vais commencer mon histoire au Moyen Âge.

À cette époque, nous nous trouvions dans **l'ère mercantile**. La seule chose qui avait de la valeur était le territoire et les choses qui répondaient à un besoin primaire. On étendait son territoire le plus loin possible, et une fois qu'il n'y avait plus de place, on faisait la guerre pour prendre celui des autres.

Et puis est arrivée la révolution industrielle. La valeur la plus précieuse de cette ère (**l'ère industrielle**), contrairement à ce que beaucoup de personnes pensent, n'est pas le charbon, ou les matières premières, mais bien le temps de travail. Chacun gagnait sa vie en échangeant son temps contre de l'argent. C'est un principe assez simple à comprendre : je participe à la production d'un produit, et je suis rétribué à hauteur de mes heures de travail et de mes compétences par un salaire.

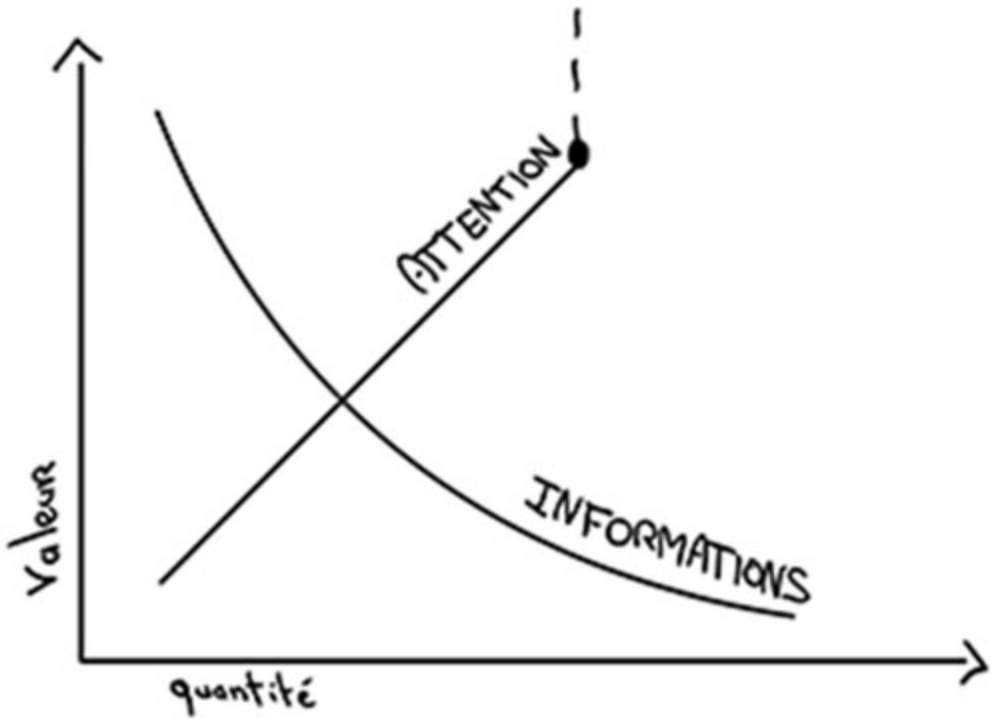
Et puis, comme vous le savez peut-être, nous sommes, et ce depuis le développement de la presse au XX^{e} siècle, dans une **économie de l'attention**. Les revenus sont désormais totalement décorrélés du temps de travail que l'on fournit. En effet, le temps que je passe à écrire ce livre sera le même si le livre se vend bien ou s'il reste dans les tréfonds d'Internet. Les revenus, en revanche, sont corrélés au nombre de paires d'yeux que vous arrivez à diriger vers votre contenu. Nous sommes donc dans une économie dans laquelle la valeur la plus précieuse est l'attention de nos prospects.

Néanmoins, il faut bien différencier deux types d'attention :

- l'**attention dirigée** par des objectifs internes ;
- l'**attention stimulée** par des stimuli externes.

Par exemple, lire un journal avec un objectif en tête en filtrant les articles les plus pertinents pour notre objectif relève de l'attention dirigée. En revanche, ouvrir YouTube et se laisser guider par les miniatures les plus aguicheuses relève de l'attention stimulée. Le premier type d'attention est étudié par les sciences cognitives pour savoir comment nous pouvons reprendre le contrôle sur notre attention, tandis que le second est étudié par le marketing pour nous faire, par exemple, acheter un produit.

Il faut aussi garder en tête que la façon dont nous valorisons et captons l'attention a radicalement changé. En effet, au XV^{e} siècle, il existait très peu d'informations. Ainsi, chaque information que l'on pouvait trouver avait une immense valeur. C'est aussi pour cela que les textes sacrés avaient tant d'importance, c'était quasiment les seuls textes écrits. Et à la même époque, notre attention ne valait rien. On cherchait désespérément une manière de s'occuper, en jouant aux billes ou aux cartes, par exemple.



Le marché de l'attention est saturé, il y a trop d'informations pour trop peu d'attention disponible.

Et puis, depuis une trentaine d'années, et ce à cause du développement d'Internet et de la démocratisation de la télévision, nous sommes entrés dans une guerre de l'attention. Autrement dit, les informations sont

disponibles en abondance et notre attention vaut de l'or, car tout le monde veut la capter.

Cette guerre a toujours existé, on pourrait d'ailleurs la voir comme une concurrence naturelle sur un marché. Néanmoins, nous sommes aujourd'hui passés dans une phase d'addiction profonde à la nouveauté, à un renouveau constant de l'information. On ressent le besoin physiologique de regarder nos mails toutes les 10 minutes, et c'est pire pour les réseaux sociaux. De plus en plus de personnes, dont je fais partie, décident de quitter ces sources classiques de consommation pour retourner à des contenus plus complexes et longs comme les essais ou les livres. Le marketing, l'étude de la psychologie humaine et de ses biais pour vendre toujours plus n'ont fait que s'améliorer avec le temps, et aujourd'hui, il est extrêmement difficile de se démarquer. Certains médias ont parfait leurs techniques de persuasion depuis des décennies, alors si vous souhaitez prendre un morceau du gâteau et rentrer dans l'économie de l'attention, vous avez donc deux choix :

- vous lisez une dizaine de bouquins sur la psychologie humaine pour espérer capter l'attention de suffisamment de monde pour en vivre ;
- vous anticipez la nouvelle transition que nous sommes en train de vivre et vous devenez un pionnier de cette dernière.

Pour mieux comprendre, prenons un exemple : quand vous vous trouvez dans une foule, dans un métro bondé, ou encore dans un marché un samedi matin, qu'avez-vous envie de faire ? Prendre de la hauteur, bien sûr ! Sortir de votre corps et aller poser votre conscience sur une montagne plus loin. Observer ce marché, ce métro de l'extérieur, du haut d'un immeuble, par exemple. Nous nous trouvons là actuellement. Nous sommes tous dans un métro bondé, et les gens veulent des portes de sortie pour respirer, de nouvelles perspectives pour prendre du recul. Vous devez leur en fournir.

En effet, nous sommes rentrés dans ce que j'appelle **l'économie des perspectives**. Pourquoi les théories du complot marchent-elles aussi bien ces derniers temps ? Parce qu'elles fournissent aux gens ce qu'ils cherchent : une montagne facilement accessible pour voir le monde simplement. Personne aujourd'hui, à moins que ce ne soit son métier, n'a le temps de lire toute la littérature sur les vaccins, par exemple. C'est pour

cela que les théories du complot sur ces sujets sont si puissantes. Plus le sujet auquel vous vous attaquez est complexe, plus la barrière à l'entrée pour se renseigner à partir de sources fiables est grande, plus votre théorie du complot marchera. Vous fournissez à vos adeptes un message simple qui leur permet de prendre de la hauteur par rapport à toutes les informations dont ils sont bombardés en permanence.

Il n'est évidemment pas question ici de créer et encore moins de glorifier une théorie du complot. Je veux simplement vous expliquer qu'il s'agit de créer un message, un signal qui offre à vos lecteurs une nouvelle perspective. Vous ne pouvez plus vous permettre aujourd'hui de créer du contenu, des produits, sans avoir un message clair, un manifeste. Si vous voulez créer une communauté autour de vos idées, c'est indispensable.

Et c'est là qu'intervient l'intérêt d'un système de gestion des connaissances, car les personnes restant dans les flux d'informations incessants sont incapables de créer une perspective. C'est en reprenant le contrôle sur les contenus que vous consommez, et en définissant un protocole précis pour les traiter que vous allez réussir à trouver des liens entre toutes ces connaissances qui vont, à terme, former votre propre perspective, celle que vous allez transmettre à votre audience.

Pour résumer, nous sommes aujourd'hui dans une économie de l'attention, avec une compétition particulièrement féroce. Pour vous démarquer de vos concurrents, vous devez axer vos contenus autour d'un message fort et novateur pour leur donner une nouvelle perspective, une corde à laquelle s'accrocher pour y voir plus clair dans les torrents d'informations. La meilleure manière de créer cette perspective est un système de gestion des connaissances personnelles.

Les trois enjeux de l'attention

De la définition de l'attention que j'ai énoncée plus haut découlent trois enjeux principaux de l'attention.

1. **Gérer son attention dirigée**

C’est un objectif secondaire de ce livre. En effet, l’étape 6 est consacré à l’organisation que vous allez pouvoir mettre en place pour maintenir votre système et trouver le temps pour lire, par exemple. Il s’agit aussi de mieux sélectionner les informations que vous allez consommer, et c’est le sujet de l’étape 1 du livre.

2. **Gérer ses connaissances pour avoir de nouvelles grandes idées**

Pendant l’ère industrielle, on investissait dans le capital, les moyens de production, pour gagner de l’argent. Aujourd’hui, à l’heure de l’économie de la connaissance, on investit dans le capital cognitif et intellectuel de chacun pour développer de nouvelles perspectives. De cette manière, on peut offrir une nouvelle perspective au monde. Et pour investir dans son capital cognitif, il faut avoir un système de gestion des connaissances personnelles, que nous allons détailler dans ce livre.

3. **Apprendre à capter l’attention de ses prospects avec de nouveaux stimuli**

Pour prospérer dans notre monde, il vous faut savoir capter l’attention de vos prospects. C’est ce que nous apprendrons à faire dans la partie « Finitions » (voir p. 161).

Comme vous pouvez vous en apercevoir, grâce à ce livre, vous saurez gérer votre attention dirigée et capter l’attention stimulée de vos prospects grâce à un travail sur le style et la création d’une nouvelle perspective. Dans l’économie de l’attention, si vous savez gérer la vôtre et convaincre les autres de vous donner la leur, alors vous serez l’équivalent d’un grand patron de l’époque industrielle.

Cas pratique

Pourquoi ne pas essayer ?

Vous savez désormais que nous sommes dans une économie de l’attention, et qu’une nouvelle économie, celle des perspectives, est en train d’émerger. Ce que je vous ai dit précédemment vous paraît peut-être irréel si vous exercez un métier sans coût marginal de réplication. Autrement dit, si vous échangez votre temps contre de l’argent et, qu’à moins d’augmenter vos tarifs, vous ne pourrez pas gagner plus que ce que vous gagnez actuellement, car le nombre d’heures dans une journée est une constante. Si c’est votre cas, alors il peut sembler fou qu’un mois passé à créer une

formation puisse me rapporter 20 000 €/mois depuis 1 an, alors que ce temps a été passé sans aucune rétribution immédiate au moment de la création de la formation.

Mais aussi inconcevable que cela puisse paraître, c'est bien réel, et je vous invite vivement à essayer. Il suffit d'un contenu qui décolle pour vous permettre de vivre une vie de passion à apprendre et créer du contenu. Alors je vous encourage à laisser vos préjugés sur la création de côté et à commencer à partager vos idées. Créez votre perspective, et aidez les gens à y voir plus clair grâce à vos contenus. Et si vous n'êtes pas encore prêt à publier votre manifeste, pas d'inquiétude, car selon ma définition, en chacun de nous sommeille un créateur en puissance.

TOUT LE MONDE EST UN CRÉATEUR

Aujourd'hui, tout le monde est créateur.

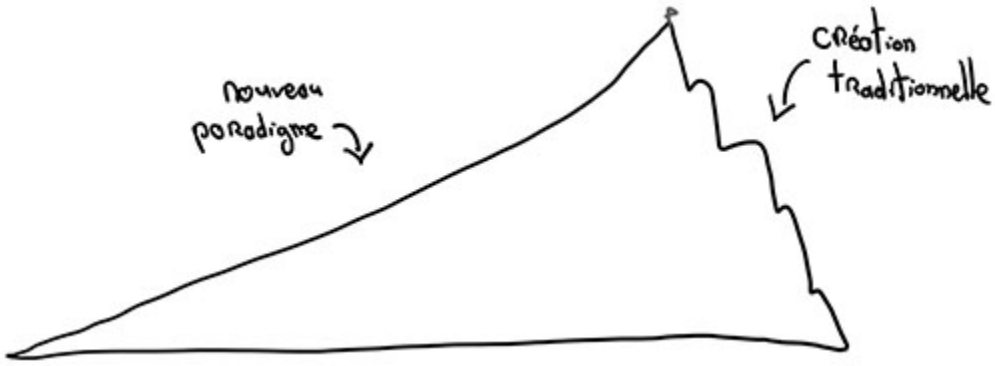
Que ce soit pour le travail, les études, une passion ou encore un projet, tout le monde est amené à créer. En effet, les travailleurs de la connaissance représentent bien plus de la moitié de la population en France, et le principal enjeu pour ces professions est de gérer des flux d'informations entrants pour les étudier afin de créer des réponses ou des attitudes adaptées à ces informations, par exemple un mail, un projet, un produit, etc. Ainsi, même si vous ne vous considérez pas comme un créateur, vous en êtes certainement un malgré vous. Vous pouvez aussi bien créer des contenus que des projets en tous genres, des devoirs ou encore des mails. Ainsi, ne prenez pas le mot création dans le paragraphe qui suit dans un sens traditionnel, de création artistique, mais dans un sens plus contemporain qui englobe toute activité impliquant un processus de création ou de résolution de problème.

Pourquoi avoir un système de gestion des connaissances personnelles ?

Comparons un instant le processus de création à l'ascension d'une montagne.

Avant de commencer à créer, vous vous trouvez en bas de la montagne, devant votre page blanche, et votre objectif est d'arriver au sommet et de finir votre projet. Pour y parvenir, vous pouvez emprunter deux pentes qui

mènent au même sommet. Cependant, comme nous allons le voir, l'expérience du créateur est très différente. Voici un schéma de ces deux pentes :



Effort nécessaire en fonction du mode de création choisi.

Comme vous pouvez le constater, ces deux pentes mènent au même endroit, la réalisation d'un projet, le sommet de la montagne. Cependant, une pente est beaucoup plus rude que l'autre, et toute personne sensée préférerait choisir le chemin plus doux pour créer. Pourtant, personne ne le fait. En effet, la pente de droite représente le processus de création classique, sans aide d'un système externe. Ce chemin, tout le monde l'emprunte, mais tous les marcheurs ne parviennent pas au sommet. Certains, même, abandonnent en bas. Ils sont effrayés par ce grand bloc de neige blanc auquel ils font face. Ils ont ouvert une page Word, mais rien ne sort. Si seulement quelqu'un pouvait leur dire qu'il existe un chemin plus facile !

Eh oui, vous vous en doutez, la face gauche de la montagne représente le processus d'écriture avec un système de gestion des connaissances.

Car avec ce dernier, vous ne suivez plus le mode d'emploi classique :

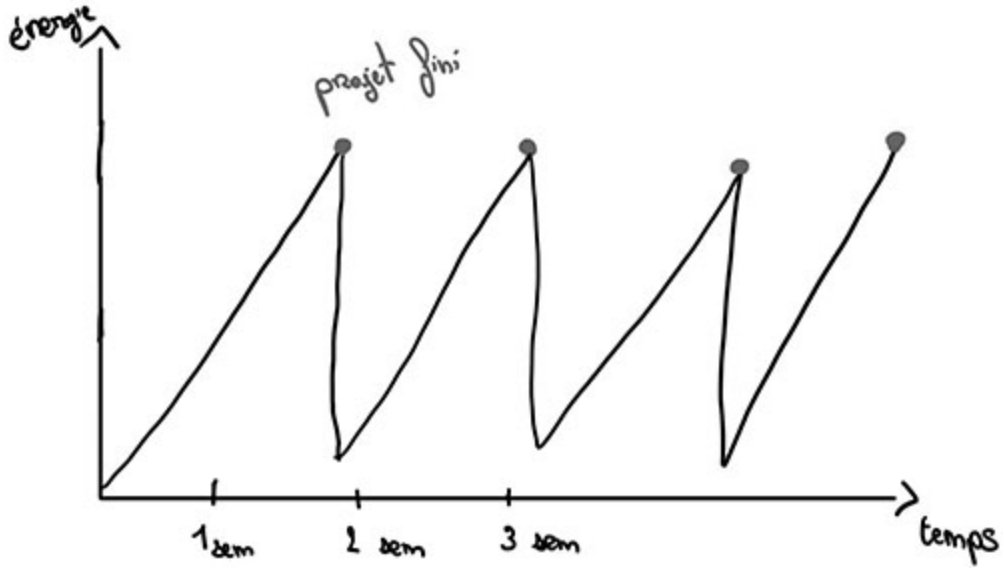
1. Je choisis un projet à réaliser sans avoir forcément beaucoup de connaissances dessus.
2. Je fais des recherches sur le thème et je me rends compte que j'aimerais changer mon projet.
3. J'essaie de refaire ce que d'autres ont déjà fait.

Vous avez un nouveau système qui s'enrichit au quotidien et dont la puissance se cumule avec le temps :

1. Je lis et je prends des notes sur les contenus que je consomme au quotidien.
2. Je regarde les grappes qui émergent dans mes notes, les sujets sur lesquels j'ai le plus de matériel à disposition pour choisir mon projet.
3. Je sélectionne les contenus à garder parmi une abondance d'idées et je les organise dans un plan cohérent.
4. Je commence la rédaction finale, en sachant exactement quoi faire.

Ainsi, quand les marcheurs sont en bas de la montagne, ils ne sont pas effrayés par ce grand bloc blanc. Le sommet leur paraît accessible et l'effort pour y parvenir n'est pas si considérable.

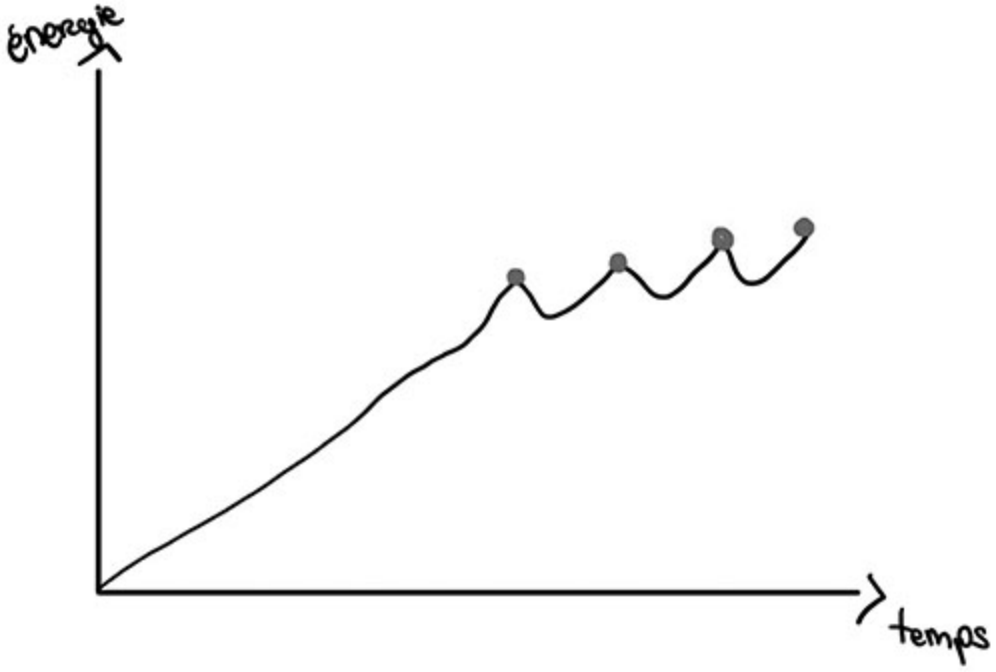
Comme vous l'avez vu, la tâche de création, en suivant le mode d'emploi classique, est très lourde et contraignante. Elle implique de choisir un sujet sur lequel on n'a pas forcément beaucoup de connaissances, puis de passer de longues heures à faire des recherches sur celui-ci, pour enfin, peut-être, se rendre compte que le projet de départ devra être modifié maintenant que l'on comprend mieux le thème. Et enfin, après ces quelques étapes, la réalisation peut commencer. Mais cette réalisation, si on a débroussaillé le terrain, on ne l'a pas vraiment facilitée, car elle commence tout de même par une page blanche. Le défi reste de taille, il faut toujours trouver le plan, l'ordre des arguments… Cette tâche-là est ce que nous allons appeler dans ce livre un « sprint ». En fait, cette tâche se fait sur un laps de temps assez court et demande beaucoup d'énergie. Et quand on a fini notre création, pour se relancer dans quelque chose de nouveau, il faut recommencer le même processus. Pour mieux vous expliquer pourquoi j'ai choisi l'image de la montagne, je vous propose cette représentation graphique du sprint :



Avec le mode de création classique, la création est un perpétuel recommencement.

Si vous avez, comme moi, lu l'histoire du lièvre et de la tortue, vous devez vous douter qu'avec un système de gestion des connaissances, la création n'est plus un sprint, mais une marche rapide. En effet, la tâche ne demande pas beaucoup d'énergie, car elle consiste, pour la majeure partie, à lire et à prendre des notes sur les contenus qui nous intéressent sur le moment mais aussi, et surtout, au fil du temps. La rédaction est également facilitée, car au départ, on a pris soin de choisir un sujet sur lequel on a beaucoup de notes à portée de main, que l'on a rassemblées dans un ordre cohérent. La tortue va lentement au départ, en lisant tranquillement des livres sur sa thématique, mais elle a acquis de la sagesse et de la connaissance durant ce processus, ce qui lui permet de ne pas se précipiter vers la ligne d'arrivée et de remporter la course contre le lièvre qui fonctionne uniquement en mode sprint.

Voici le même graphique pour la création avec un système de gestion des connaissances :



Avec un bon système, la création devient de plus en plus facile avec le temps.

Au-delà de l'avantage de la gestion des connaissances pour ne plus sprinter, il y en a un autre pour la tortue, c'est qu'elle va pouvoir réutiliser le savoir qu'elle a accumulé durant son errance dans de nombreux projets. Ses courses vont être de plus en plus petites. Le lièvre commencera toujours au même endroit, et aura systématiquement la même distance à parcourir, le même effort à fournir, tandis qu'à chaque course, la tortue commencera de plus en plus proche de la ligne d'arrivée, car ses recherches seront déjà faites, jusqu'à ne plus avoir qu'à faire un pas pour réaliser un projet. C'est ce que j'appelle la « masse critique », mais nous y reviendrons dans les chapitres qui viennent.

Finalement, pour emprunter l'autre chemin, tout ce qu'il faut faire, c'est regarder le problème, la montagne sous un autre angle, et se poser la question : qu'est-ce que je peux faire différemment, avant de me retrouver face à une page blanche, qui me permettrait de réaliser un meilleur projet plus facilement ?

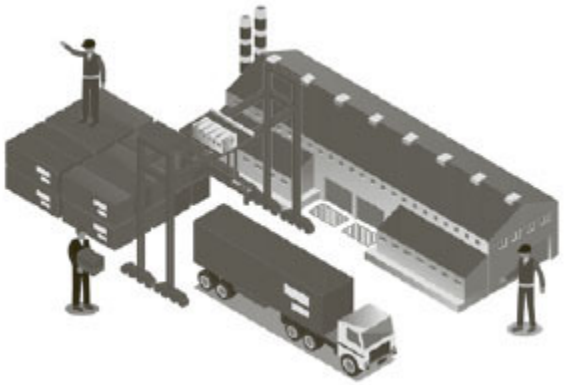
À ce moment, on découvre une nouvelle pente, bien plus facile et rapide, à l'écart de celle que tout le monde emprunte sans se demander s'il existe une meilleure solution.

Cette nouvelle pente, ce nouveau système, nous allons les découvrir dans ce livre. Pour entamer notre aventure, et pour que vous ne perdiez pas le nord, j'aimerais vous présenter le système et vous montrer à quoi il ressemble en action.

1. SÉLECTION

Cette première étape représente les « camions de votre usine », ceux qui vous amènent le contenu à transformer.

Grâce à cette étape, vous n'aurez que les meilleurs contenus, les 20 % qui vous rapportent 80 %. Pour cela, nous verrons les grands biais psychologiques et les outils pratiques à mettre en place.

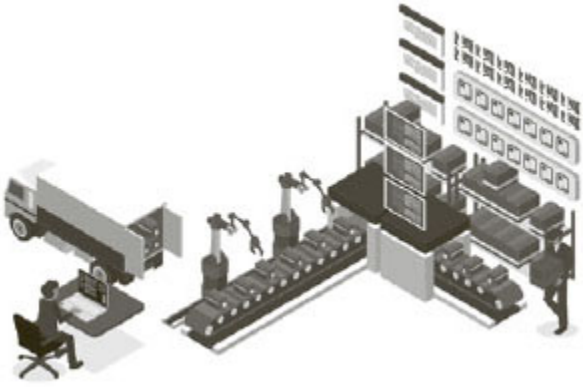


---

2. CAPTURE

Cette deuxième étape représente le tri : on va ranger les cartons sur les étagères pour les retrouver facilement.

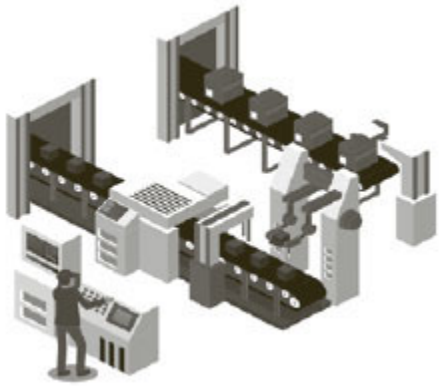
Grâce à cette deuxième étape, vous saurez comment prendre des notes sur les contenus que vous lisez, et comment capturer toutes vos idées.



3. DÉCONSTRUCTION

Cette troisième étape représente l’ouverture des cartons et la division de leur contenu.

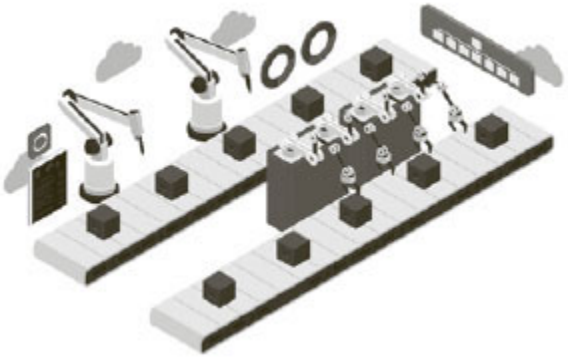
Grâce à cette étape, vous ne travaillerez plus avec des notes de contenus, mais avec des briques atomiques, qui peuvent facilement se réassembler en de nouveaux contenus.



4. ÉMERGENCE

Cette quatrième étape représente l’assemblage de vos matériaux.

Grâce à cette étape, vous allez faire émerger des idées uniques en quelques minutes et vous allez apprendre à créer du contenu et partager vos idées.



5. FINITIONS

Cette cinquième étape représente la mise en place des cartons et l’expédition.

Grâce à cette étape, vous allez être capable de créer des contenus de qualité de façon régulière.

Le genre de contenu qui vous place comme l’expert de votre domaine, qui résonne avec votre audience et qui attire des superfans.

6. ORGANISATION

Cette sixième étape représente le commandement du système.

Grâce à cette étape, vous allez apprendre les meilleurs principes de productivité, et le système exact à mettre en place pour vous organiser.

PRÉSENTATION DU SYSTÈME DANS SON ENSEMBLE

Je vais vous présenter le système de gestion des connaissances que j'ai mis au point et que j'ai nommé « la méthode Atomic Thinking ». C'est un système en six étapes qui permet de sélectionner les meilleures ressources, prendre des notes sur les concepts importants de ces dernières et les déconstruire en notes permanentes (les briques de votre savoir). Cela permettra de favoriser l'émergence de nouvelles idées et enfin d'assembler ces briques pour de nouveaux projets.

Pour vous aider à visualiser ce système, voici ci-contre le schéma que je vous propose.

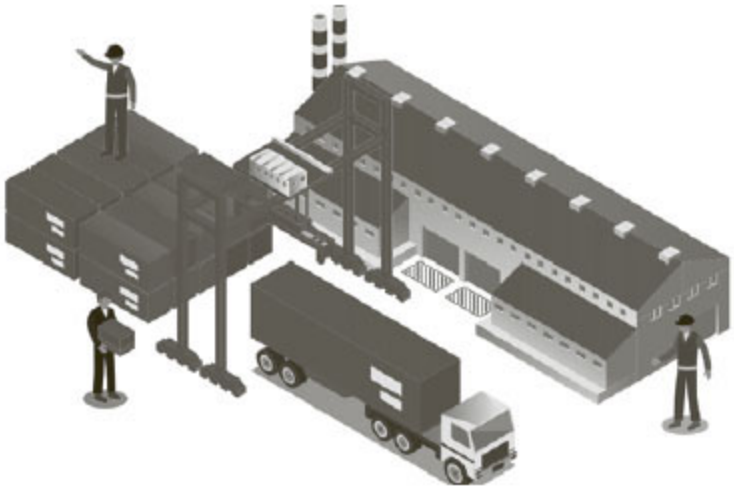
La représentation schématique de la méthode Atomic Thinking que je vous propose est donc celle d'une chaîne de production. Si cela vous convient, je m'appuierai sur cette métaphore tout au long du livre pour vous permettre de visualiser l'ensemble du système de manière concrète.

Entamons notre visite par la phase de sélection. Elle peut paraître inutile, mais croyez-moi, elle influe grandement sur la qualité des productions sortant du système. Peu importe la manière dont vous cuisinez, si vous avez de mauvais ingrédients pour commencer, le résultat final ne sera pas aussi bon que vous le souhaitez. Je ne peux que vous conseiller de sélectionner avec soin et rigueur les contenus que vous consommez. Et c'est ce que nous allons voir dans cette phase du processus. Nous verrons comment faire une veille efficace de l'information, comment remonter aux sources fondatrices de votre discipline et enfin, comment trouver les grands principes derrière les méthodes. Nous verrons aussi des biais naturels dont vous devez vous méfier pour élever votre pensée. L'idée, avec cette première partie, est de sélectionner les contenus qui méritent votre attention : coupez le bruit et concentrez-vous sur les informations intemporelles, les briques de connaissances à la base de votre thématique. Comme vous pouvez le visualiser grâce à l'illustration, nous allons, avec nos camions, sillonner toute la France à la recherche des meilleurs matériaux, qui seront à la base de nos futures productions.

1. SÉLECTION

Cette première étape représente les « camions de votre usine », ceux qui vous amènent le contenu à transformer.

Grâce à cette étape, vous n'aurez que les meilleurs contenus, les 20 % qui vous rapportent 80 %. Pour cela, nous verrons les grands biais psychologiques et les outils pratiques à mettre en place.

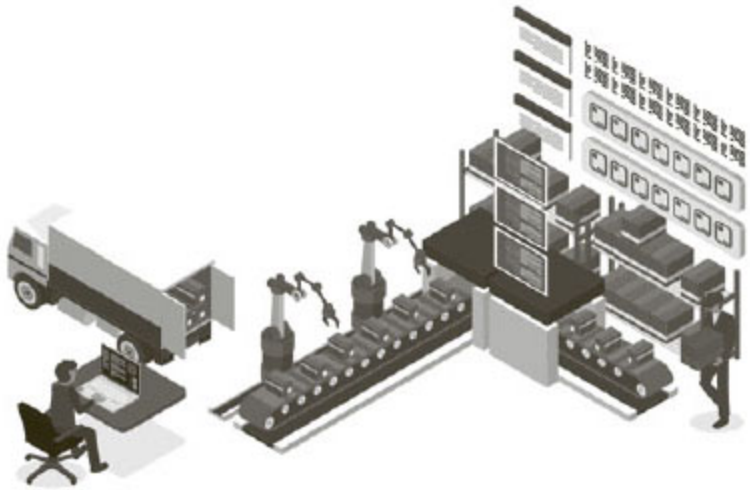


La deuxième phase est celle de capture de l'information. Nous allons identifier les informations essentielles d'un contenu. Les 20 % des mots qui forment 80 % du contenu. Nous allons enlever la forme pour garder le fond. Nous allons apprendre à prendre de bonnes notes, à reformuler, et à aller droit vers les informations importantes. On vient, dans cette deuxième phase, prendre ces informations importantes d'un contenu pour préparer leur passage dans l'usine, le cœur du processus. Ces dernières passent sur le tapis roulant et alors que certaines sont sauvegardées pour plus tard sur l'étagère, d'autres sont mises à la poubelle, car notre camion de sélection ne peut pas avoir raison sur la pertinence d'un contenu à chaque fois ; les dernières sont annotées et envoyées vers la suite du processus.

2. CAPTURE

Cette deuxième étape représente le tri : on va ranger les cartons sur les étagères pour les retrouver facilement.

Grâce à cette deuxième étape, vous saurez comment prendre des notes sur les contenus que vous lisez, et comment capturer toutes vos idées.



On entre dans le vif du sujet avec la phase de digestion du contenu. Nous allons déconstruire en notes permanentes les briques de notre savoir, les contenus que nous aurons sélectionnés et écrémés au préalable.

Mais pourquoi exactement ?

Regardez autour de vous : tout ce que vous lisez n'est qu'un réempaquetage de connaissances, de briques de base. Prenez deux livres sur le développement personnel et vous y trouverez les mêmes idées, les mêmes sources, et parfois même, les mêmes exemples. Et c'est normal ! Le travail d'un créateur, d'un élève, ou encore d'un professeur est de réécrire ce qu'il a compris sur un sujet dans une forme qui lui est propre. Tout ce que l'on demande à un élève dans un examen est de reformuler le contenu d'un cours sous une autre forme, une dissertation par exemple. En fait, quand on analyse et que l'on commence à comprendre ce concept de déconstruction, on s'aperçoit qu'on peut le trouver partout !

Dans notre alimentation, par exemple. Le rôle de notre système digestif est de déconstruire en de plus petits éléments la nourriture que nous lui

donnons pour la rendre assimilable par notre organisme. C'est pareil avec la connaissance.

Quand on prend l'habitude de tout voir comme un ensemble de concepts, et non plus comme un tout, on peut enfin commencer à apprendre et à faire de nouvelles connexions entre nos idées.

Nous allons, dans cette phase, travailler avec le concept de la note permanente, pour donner de la liberté à nos idées. Laissez-moi vous expliquer. L'idée de la note permanente est de sortir un concept de son contexte d'origine et de lui donner sa propre note, de le rendre indépendant pour ensuite pouvoir l'assembler avec d'autres idées. Voici les critères principaux d'une note permanente : elle doit être portable, indépendante et atomique.

Portable ?

Oui, c'est-à-dire que c'est un concept global que vous pourrez réutiliser dans n'importe quel contexte. Il faut toujours se demander : derrière ce concept que je suis en train d'apprendre à propos d'un domaine en particulier, quelle est la règle que je peux en tirer ? Est-ce que je peux enlever ce concept à son contexte d'origine ? Par exemple, en observant la répartition des richesses, on peut formuler le concept de la loi de Pareto (80 % des richesses sont détenues par 20 % de la population). Et on s'aperçoit que cette règle peut être appliquée à beaucoup de domaines de la vie, d'où l'importance de la détacher de son contexte d'origine.

Indépendante ?

Chacune de vos briques de connaissances doit être autosuffisante. Elle ne doit pas dépendre d'autres notes pour être comprise et incluse dans une réflexion.

Atomique ?

Elle doit être densément connectée. Quand j'écris une nouvelle note, je me pose systématiquement une série de questions qui me permettent de développer ma pensée et de connecter cette nouvelle connaissance avec mon expertise existante.

Par exemple, je me demande :

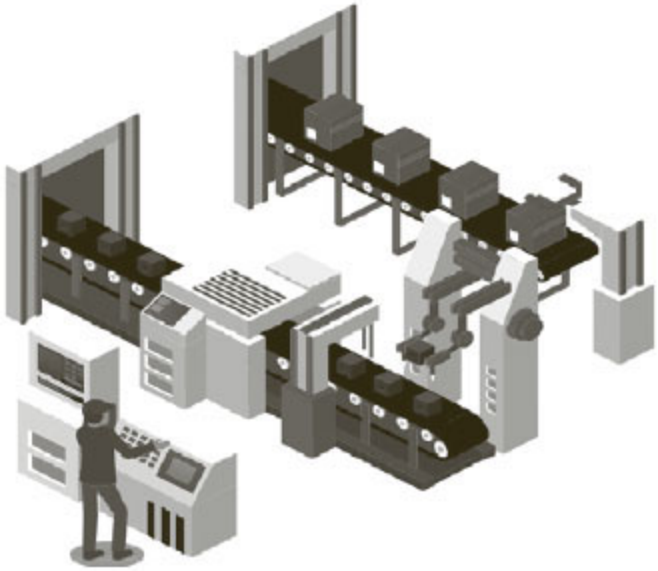
- Comment est-ce que cette note explique une note qui est déjà dans mon système ?
- Quelle idée contredit cette idée ?
- Pourquoi suis-je attiré par cette idée ? (Est-ce que c'est juste le biais de confirmation qui m'a poussé vers elle ?)
- Est-ce que cette idée pourrait changer si l'on modifiait la perspective de l'auteur ? (Son origine, son sexe, son milieu social…)
- Quelles sont les applications que je vais avoir de ce concept ?

Ainsi, toutes mes notes sont densément connectées entre elles, et chaque note permanente, bien qu'indépendante et autosuffisante, est impliquée dans une pensée bien plus systémique et complexe. En effet, il ne s'agit pas ici de simplifier la réalité à outrance, il s'agit de déconstruire des théories pour revenir à la base de leurs concepts et faire ainsi progresser la pensée. Mais nous reparlerons de tout cela dans le chapitre consacré justement à la déconstruction. Comme le suggère l'illustration, nous prenons les contenus annotés sortant de la phase de capture et nous donnons à chaque concept de cette note sa propre note, pour pouvoir le connecter à d'autres concepts plus facilement.

3. DÉCONSTRUCTION

Cette troisième étape représente l'ouverture des cartons et la division de leur contenu.

Grâce à cette étape, vous ne travaillerez plus avec des notes de contenus, mais avec des briques atomiques, qui peuvent facilement se réassembler en de nouveaux contenus.



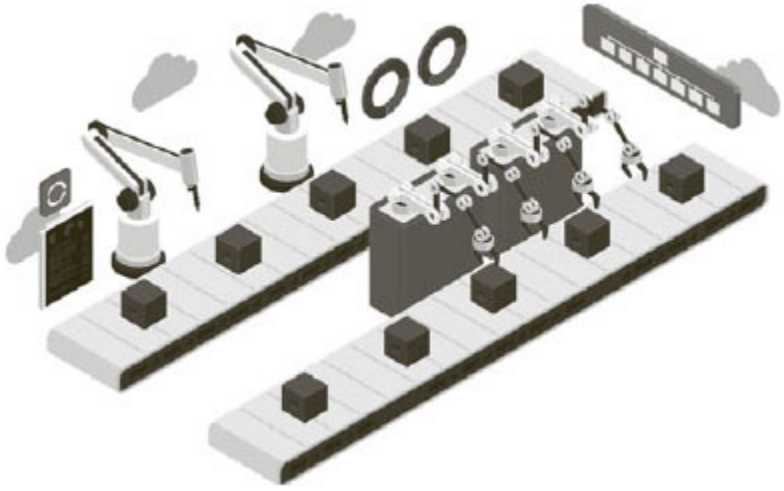
Passons à la quatrième phase du processus : l'émergence, la création. C'est le moment où le système brille, il permet l'émergence de nouvelles idées et la création instantanée de nouveaux contenus. En effet, le système réplique exactement le fonctionnement de la créativité dans le cerveau humain. Quand on crée, on part toujours d'un point de départ, par exemple un concept, une discussion, ou encore une association spontanée. Puis de nombreux chemins neuronaux vont s'illuminer dans notre cerveau. On va en suivre certains, on va en inhiber d'autres, qui n'ont pas de sens, nous mettent en danger, ou qui ne sont pas faisables. Le système Atomic Thinking est construit exactement de la même manière : on sort de ce modèle de pensée linéaire et on rend possible l'atomicité des pensées. Chaque note est densément connectée autour d'elle avec de nombreuses autres notes. Ainsi, quand on est dans une note, de nombreux chemins neuronaux, des suites logiques se présentent à nous, et la partie la plus difficile n'est plus de trouver des idées, mais de savoir quel chemin privilégier. En fait, la création dans ce système n'est plus sous la forme « recherche puis écriture », mais sous la forme « émergence d'une idée par sérendipité (découverte fortuite) puis sélection des notes allant

accompagner cette idée vers un contenu fini ». La création consiste à passer d'une pensée atomique à une pensée linéaire. C'est la canalisation de vos pensées dans un plan. Dans la chaîne de production, c'est le moment où la structure globale du produit prend forme. On taille d'abord grossièrement les contours de notre contenu, puis on affine ses idées et son organisation.

4. ÉMERGENCE

Cette quatrième étape représente l'assemblage de vos matériaux.

Grâce à cette étape, vous allez faire émerger des idées uniques en quelques minutes et vous allez apprendre à créer du contenu et partager vos idées.



Enfin dans la dernière partie du processus, nous verrons ce qui fait un bon contenu d'un point de vue marketing et rhétorique, et des conseils pour faire une bonne introduction, capter l'attention, garder cette attention, travailler son style et devenir un meilleur créateur.

5. FINITIONS

Cette cinquième étape représente la mise en place des cartons et l'expédition.

Grâce à cette étape, vous allez être capable de créer des contenus de qualité de façon régulière.

Le genre de contenu qui vous place comme l'expert de votre domaine, qui résonne avec votre audience et qui attire des superfans.

J'ai également choisi d'inclure dans ce livre un chapitre sur l'organisation et la productivité pour vous permettre de prioriser les actions importantes, comme la lecture ou l'écriture, avant les tâches urgentes de votre quotidien. Car si vous n'arrivez jamais à trouver le temps pour les faire, alors votre système ne marchera pas.

6. ORGANISATION

Cette sixième étape représente le commandement du système.

Grâce à cette étape, vous allez apprendre les meilleurs principes de productivité, et le système exact à mettre en place pour vous organiser.

Dans les chapitres qui viennent, nous entrerons dans le détail de chaque partie du processus, pour découvrir ses grands principes et son organisation. Mais avant cela, intéressons-nous au retour sur investissement de la mise en place d'un tel système.

LE RETOUR SUR INVESTISSEMENT DU SYSTÈME

J'aimerais maintenant vous démontrer la rentabilité d'un tel système. En effet, de nombreuses personnes pensent ne pas avoir besoin de prendre des notes, ou bien jugent cette activité comme inutile. Mais elles ont tort ! C'est ce que je vais vous démontrer maintenant, et pour ce faire, je vais prendre pour exemple le domaine des finances personnelles, avant de faire un parallèle avec celui de la prise de notes.

Imaginons que vous avez 1 000 €. Vous avez alors deux choix :

1. Investir dans un passif (une chose qui sort de l'argent de votre poche), par exemple une télévision, qui vous apportera de la satisfaction à court terme, mais dont la valeur diminuera avec le temps.
2. Investir dans un actif (une chose qui met de l'argent dans votre poche), une action par exemple, qui vous rapportera 7 % d'intérêts par an et se cumulera avec le temps.

L'inconvénient de cette deuxième solution c'est que l'on n'a pas de gratification immédiate. En revanche, en faisant un calcul simple, on se rend compte que dans dix ans, on aura doublé l'argent investi ! Le même calcul se présente à vous à chaque fois que vous créez un projet :

1. Vous pouvez travailler sur le court terme en faisant des recherches pour mener à bien votre projet, et comme vous ne prenez pas de notes, vous oubliez la majeure partie de vos recherches.
2. Ou bien, vous pouvez prendre le temps de prendre des notes sur les concepts que vous apprenez, en pariant sur le fait que vous allez réutiliser une information plus d'une fois et qu'il serait intéressant de développer votre expertise en apprenant de nouvelles choses sur votre domaine.

Avec la première option, vous devez recommencer votre travail de recherche avant chaque projet que vous réalisez, tandis qu'avec la seconde option, vous capitalisez sur vos recherches précédentes de telle façon qu'il devient de plus en plus facile de créer un nouveau projet au fil du temps (vous vous souvenez, c'est l'histoire de notre tortue…). Il peut évidemment s'agir de projets scolaires, entrepreneuriaux ou encore, et surtout, de contenus. Si vous devez écrire des articles, par exemple, dans le premier cas, vous investissez votre temps sur un passif : un article qui ne va pas augmenter de valeur avec le temps, une simple accumulation de mille mots que vous allez publier aussitôt. Dans le second cas, quand vous prenez le temps de prendre des notes et de déconstruire les concepts que vous recherchez, vous investissez dans un actif : un ensemble de notes permanentes qui vont se connecter avec d'autres notes avec le temps et générer des dizaines de contenus, et de nouvelles idées.

Ainsi, on pourrait résumer ce paragraphe en une phrase : « Prendre des notes sur les contenus que vous lisez prend du temps, mais ne pas en prendre, c'est perdre son temps. » *Je dois vous avouer que cette phrase est celle qui m'a poussé à créer la méthode Atomic Thinking, ces mots résonnent chaque jour en moi et me poussent à cultiver mes idées…*

Je voudrais vous convaincre que la prise de notes n'a pas à être vue comme une activité à part entière qui vous prend un bloc d'une heure chaque jour. En fait, elle doit faire partie de toutes vos activités. Vous devez lire, parler, écouter, observer un stylo à la main (ou un téléphone, mais l'image est moins séduisante). Vous voulez développer vos idées en permanence et surtout, ne rien laisser s'échapper. En pensant et en agissant ainsi, la prise de notes ne vous prend pas un temps fou dans l'absolu, il s'agit de modifier légèrement votre comportement dans certaines de vos activités pour capitaliser sur les connaissances apprises. Il s'agit simplement de prendre une habitude de prise de notes qui, avec le temps, devient presque addictive.

Admettons que vous décidez d'investir pour votre futur et que vous commencez à prendre des notes sur les contenus que vous lisez. Alors, d'ici un an, à une cadence de trois notes par jour, vous aurez environ mille cent notes dans votre usine à idées. Vous aurez aussi des milliers de liens qui connectent toutes vos connaissances et génèrent automatiquement de nouvelles idées. Alors à ce moment-là, vous aurez atteint ce que j'appelle la masse critique. C'est un moment où tout ce que vous voudriez dire est déjà dans votre système. Ainsi, vous atteignez un niveau de fluidité sans précédent. Toute création n'est qu'un assemblage de briques. Vous jouerez avec la matière que vous aurez collectée.

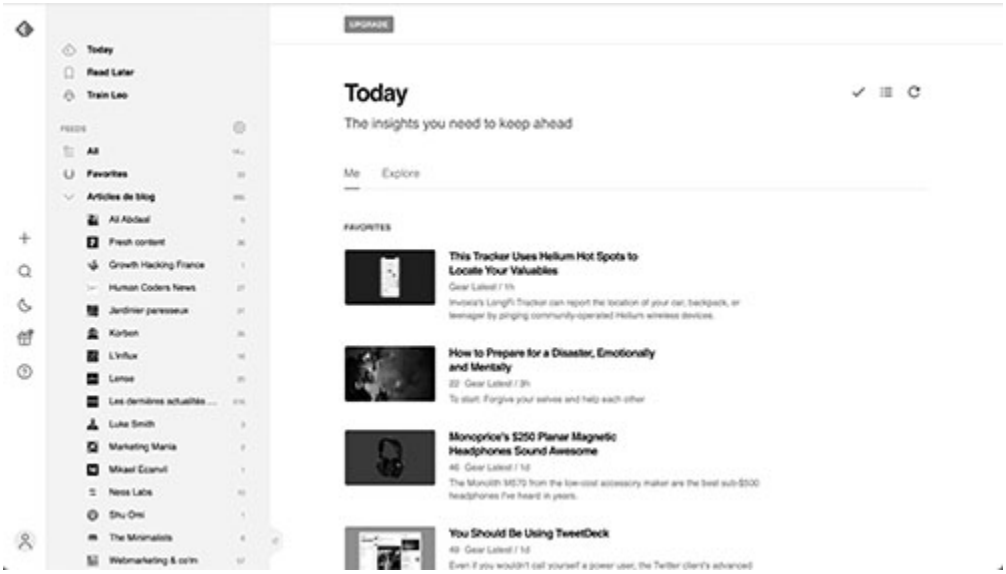
Dans dix ans, en conservant ce rythme, vous aurez onze mille notes dans votre usine. C'est colossal ! Et si on part du principe qu'à ce moment-là, vous gagnez déjà votre vie grâce aux dix livres que vous aurez publiés sans effort, on peut facilement assumer que vous créez comme moi environ dix nouvelles notes par jour. Vous aurez alors soixante-dix mille notes dans votre système. Soit, si on prend une moyenne de cent mots par note (les miennes font en moyenne deux cents), on se retrouve avec sept cent mille mots, soit assez pour remplir quatorze livres. J'ai un peu plus de

deux mille notes dans mon système, et il me permet déjà de créer un article et deux vidéos par semaine sans effort.

DE LA CONSOMMATION À LA PRODUCTION

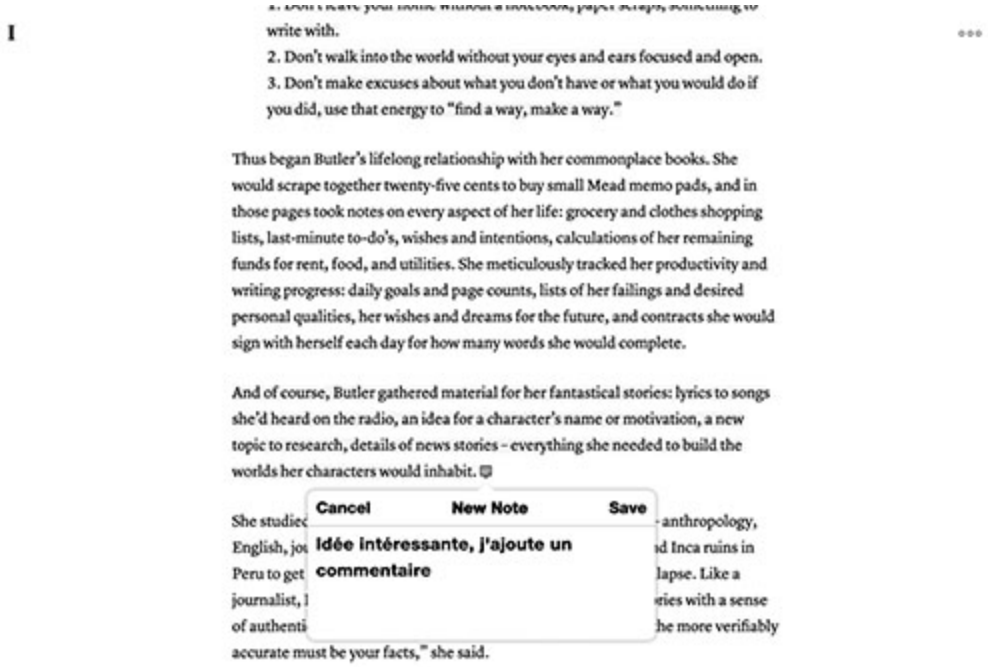
Avant de rentrer dans le vif du sujet, j'aimerais vous présenter le fonctionnement interne du système. Autrement dit, de la consommation de contenu à la création, à quoi ressemble le processus sur mon écran d'ordinateur.

Quand je ne lis pas un livre que l'on m'a recommandé, je jette un coup d'œil à mon flux d'informations personnalisées : c'est la phase de sélection. Ce flux personnalisé est un endroit dans lequel j'ai agrégé les blogs, les podcasts ou encore les fils Twitter qui m'intéressent.



Feedly, un service d'agrégation de contenu.

Une fois l'article que je veux lire sélectionné, vient le moment de la capture (je parle d'article, mais il pourrait également s'agir d'un livre, d'un podcast ou encore d'une vidéo). Au cours de la lecture, je surligne les passages qui m'interpellent ou qui résonnent en moi en ajoutant éventuellement des commentaires sur ces derniers.



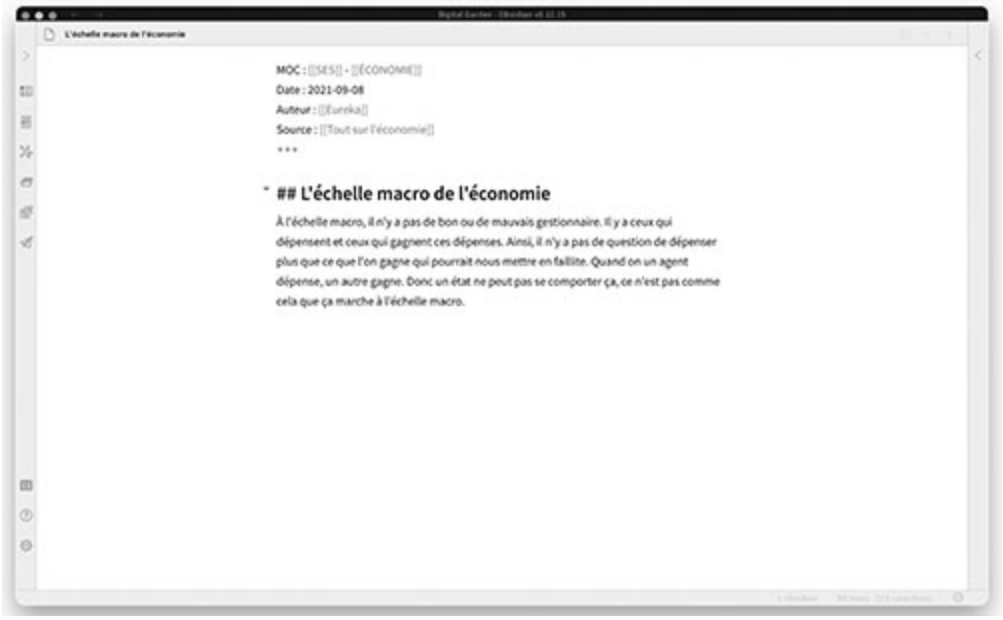
Instapaper, un site pour annoter des articles.

Cet ensemble de surlignages et de notes est ensuite envoyé automatiquement vers mon usine à idées, dans laquelle se produit le processus de déconstruction.

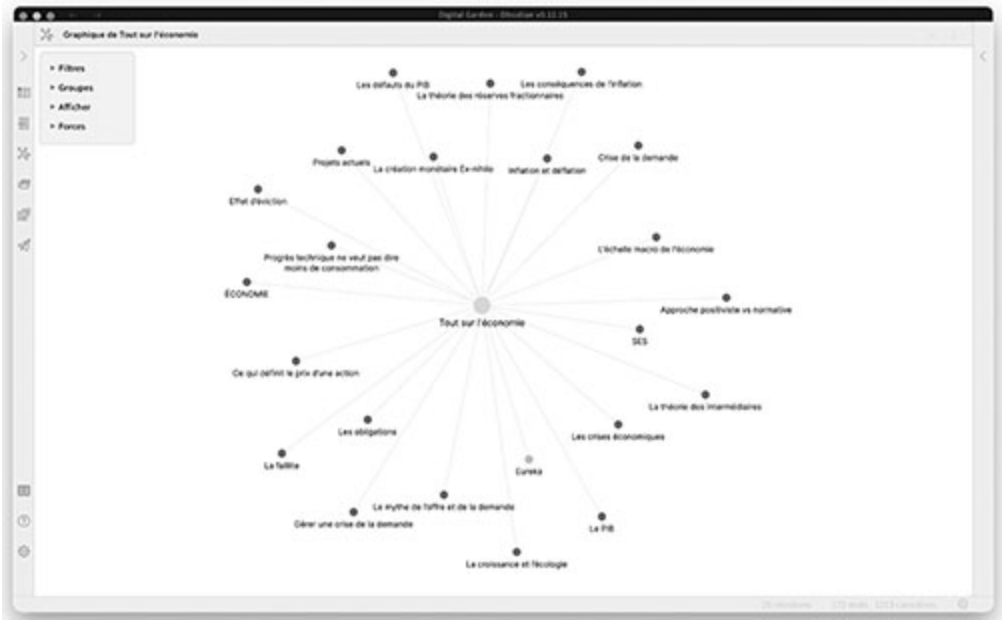
Je me retrouve ainsi avec une note brute, que je vais travailler et déconstruire en notes permanentes. Je vais donc, dans un premier temps,

structurer cette note et identifier les différents concepts dans cette dernière.

Par la suite, je vais isoler les concepts dans des notes permanentes, pour pouvoir les réassembler plus facilement avec d'autres concepts.



Je peux également visualiser les concepts sous forme graphique :



Vient ensuite le moment de la création. Si je veux écrire un article sur l'économie, j'ai simplement à faire appel à ces concepts à l'aide d'un sommaire, et mon article est déjà quasiment rédigé (voici par exemple le sommaire de ce livre) !

Le processus que je viens de vous présenter est simplifié et correspond à un cas de figure spécifique. En lisant ce livre, vous découvrirez qu'il permet évidemment d'aller beaucoup plus loin et qu'il est adapté à différents types de contenus.

LES CARACTÉRISTIQUES D’UN BON SYSTÈME D’ORGANISATION PERSONNEL

Avant de commencer notre visite de la chaîne de production, j'aimerais vous décrire les caractéristiques d'un bon système d'organisation personnel. En effet, ces dernières régissent l'ensemble du système, et les connaître est important pour comprendre et optimiser les décisions que vous aurez à prendre.

Talents × Systèmes = Impact

Reprenons cette équation et illustrons-là avec deux cas concrets : 100 × 0 = 0 et 50 × 2 = 100. Ces deux calculs simples nous montrent bien qu'un artiste extrêmement talentueux, mais qui est désorganisé, ne produira que très peu et n'aura pas l'occasion de se faire connaître et d'avoir des retours de son audience. Tandis qu'une personne au talent moyen, mais disposant d'un bon système, aura un impact bien plus important sur son domaine[1]. Comme le montre clairement cette équation, le système agit comme un bras de levier, mais il ne remplacera évidemment jamais votre force initiale que le bras de levier permet seulement d'amplifier. Le succès dépend donc largement du système, mais il faut savoir le construire intelligemment autour de vos points forts et de vos talents. En effet, plus le premier chiffre sera élevé, plus l'impact sera grand : 200 × 3 = 600 et 50 × 3 = 150. Nous reparlerons de ce point dans les chapitres qui viennent. Pour partir sur de bonnes bases, je vous livre ma définition de ce qu'est un système au sens large.

Un système est l'ensemble des outils, des moyens que vous utilisez pour organiser votre travail, votre vie.

Plus précisément, nous allons voir dans ce qui suit ce qu'est pour moi un bon système d'organisation personnel. Celui-ci repose sur quatre grands principes.

PREMIER PRINCIPE : UN SYSTÈME DOIT INSPIRER CONFIANCE

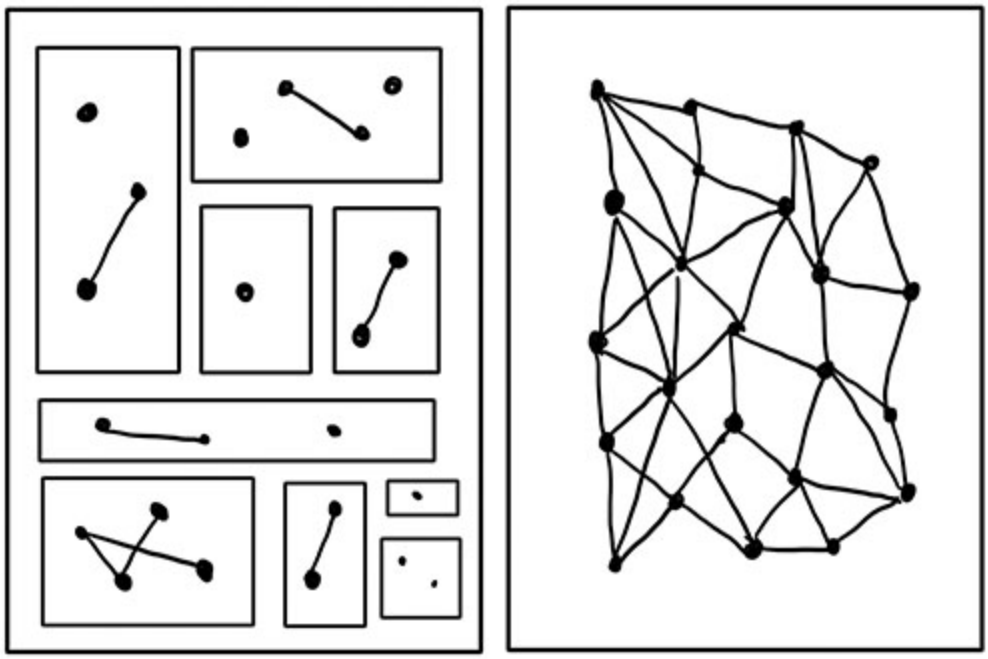
Un bon système d'organisation personnel est un système dans lequel on peut avoir confiance[2]. Un système qui vous enlève le fardeau de vous rappeler des détails dans votre tête, afin de la libérer pour des tâches plus importantes comme la créativité, la réflexion, le contenu, les idées… Si vous avez confiance en votre système, si vous savez que tout sera sauvegardé et pris en charge, alors seulement à ce moment-là, votre cerveau pourra se concentrer sur les tâches importantes. En effet, la raison pour laquelle la plupart des personnes échouent à mettre en place une liste de tâches et à s'y tenir plus d'une semaine est le manque de confiance dans le système. Créer un système est en fait la même chose que déléguer. Si vous n'avez pas confiance en votre employé, alors vous allez perdre plus de temps à le maintenir sur les rails qu'à profiter de son travail. En effet, les listes de tâches, ou les systèmes d'organisation, quand ils ne sont pas maintenus, deviennent vite un fardeau pour l'utilisateur qui passe son temps à essayer de les maintenir en vie. Mais quand le travail fourni est plus important que le bénéfice retiré, c'est que le système est défaillant. Ainsi, pour que votre système ne soit pas obsolète au bout d'une semaine, vous devez faire en sorte qu'il prenne en charge toutes les facettes de votre vie pour gagner en tranquillité d'esprit et en clarté mentale, ce qui vous permettra de vous concentrer sur des choses plus importantes. Pour reprendre l'exemple de la liste de tâches, si vous avez parfois des moments de panique, car vous vous rendez compte qu'une action que vous deviez faire n'y est pas notée, alors vous allez perdre confiance en votre système et le délaisser.

DEUXIÈME PRINCIPE : UN SYSTÈME, POUR ÊTRE EFFICACE, DOIT ÊTRE HOLISTIQUE

Ce point est lié au précédent : la raison pour laquelle la plupart des gens n'arrivent pas à entretenir une liste de tâches efficace est liée au fait qu'elle n'est pas holistique. Autrement dit, soit elle ne contient pas toutes les tâches qui doivent être effectuées, ce qui empêche la totale confiance de l'utilisateur dans son système, soit il y a des imprévus qui arrivent et le système est trop rigide pour s'adapter à l'environnement de l'utilisateur, auquel cas, toute l'organisation tombe en ruine[3]. Dans les deux cas, on débouche sur un problème de confiance. Si l'on crée un système, c'est pour éviter la réalisation de certaines tâches à notre cerveau. Il s'agit bien d'arrêter de retenir inutilement des choses qui l'encombrent comme les références des articles scientifiques, des dates de publication, ou encore les tâches qu'il faut faire avant de publier une vidéo. Mais si le système n'est pas fiable, alors le stress dont on devait se libérer en l'implémentant est amplifié. En synthèse, je dirais qu'il faut que le système soit holistique, simple et flexible, pour prendre en compte tous les aspects de l'environnement et de ses aléas. Sinon, c'est de l'énergie inutilement dépensée.

TROISIÈME PRINCIPE : UN BON SYSTÈME EST UN SYSTÈME SIMPLE

Si l'on veut que la complexité se produise à l'échelle du contenu, alors la structure doit rester simple pour favoriser l'émergence de nouvelles connexions logiques. Regardez ces deux schémas et le nombre de liens qu'ils comportent, ils représentent chacun un système de prise de notes avec un niveau de complexité différent.



Un système trop structuré empêche l'émergence naturelle de liens.

L'image de droite représente le système que nous souhaitons mettre en place. Comme vous pouvez le voir, ce livre est gros, mais la structure de notre système est quasi nulle. Il n'y a rien qui sépare les notes. Une telle structure favorise les nouvelles idées, les nouvelles connexions, qui sont ici représentées par des traits.

Celle de gauche représente un logiciel de prise de notes classique, où tout est catégorisé en dossiers, et où chaque note doit être rangée quelque part pour exister. On remarque directement que les connexions se font plus rares, et rarement en dehors du contexte d'origine de la note.

On peut constater que plus la complexité, et surtout la catégorisation du système, est importante, moins de nouvelles idées vont émerger.

Mais cette règle est en réalité applicable à tous les domaines de votre vie. Complexité ne veut pas forcément dire qualité[4]. Et plus généralement, un système est optimal quand il répond parfaitement au problème posé sans offrir à son utilisateur trop d'options, qui le détourneraient de son objectif principal. Les meilleurs systèmes sont ceux qui sont dépouillés de fonctions supplémentaires à leur tâche principale. En effet, dans un monde où le bruit est partout, et où le signal est faible, il faut avoir des règles

simples et claires pour réussir à le capter. Si on considère que les connaissances sont le signal, si vous essayez de complexifier votre système, vous rajoutez des signaux parasites qui créent du bruit et vous empêchent d'écouter le signal. Si l'organisation de votre système génère elle-même un bruit, une friction pour accéder à l'information, alors le signal n'en sera que plus noyé. Si vous essayez de créer et de maintenir un système de prise de notes parfait, vous allez perdre beaucoup d'énergie à penser la complexité de choses qui devraient en réalité être simplifiées.

QUATRIÈME PRINCIPE : LA STRUCTURE N'EST PAS UN PLAN

L'objectif de ce paragraphe est de vous montrer que se doter d'une structure dans laquelle on va travailler est complètement différent de suivre un plan établi pour notre projet[5]. Je vous assure qu'il ne s'agit pas ici de sémantique, mais bien de faire la différence entre deux approches de contexte de travail assez éloignées. Notre propos consistera à démontrer qu'une structure est flexible, malléable, adaptative en fonction du contexte et de nos humeurs. Au contraire d'un plan, plus rigide, inflexible, par lequel nous allons nous imposer à nous-mêmes des tâches en raison du simple prétexte qu'elles ont été programmées à l'avance. Alors bien sûr, certaines personnes ressentent le besoin de s'imposer des cadres rigides pour travailler sans quoi elles n'avancent pas. Je vous propose plutôt de considérer que la motivation vient souvent en faisant l'action. Prendre en compte cette observation, c'est potentiellement décupler sa capacité de travail, son pouvoir de création. À l'opposé, avoir un plan implique que nous devons avoir la motivation nécessaire pour faire une action au moment où nous sommes supposés la faire, ce qui n'est pas gagné d'avance. Ainsi, dans ce livre, nous essayerons de construire une structure qui vous accompagne dans tous vos projets, plutôt qu'un plan rigide qui contraint vos actions.

> Nous venons d'entrevoir les principales caractéristiques d'un bon système d'organisation personnel. Les voici :
>
> 1. Une structure flexible dans laquelle on peut travailler est souvent plus efficace qu'un plan rigide sur l'avenir.

2. Il faut créer une structure simple pour garder le contrôle et laisser la complexité émerger dans le contenu.
3. Le succès est souvent le résultat d'un bon système.
4. Un bon système est holistique et vous avez confiance en lui.

Maintenant que nous sommes au clair sur les quatre principes à respecter pour créer un bon système d'organisation personnel, nous allons pouvoir entrer dans le processus de fabrication de notre usine. Pour cela, nous allons nous placer au point d'entrée du système. De la même manière que des camions amènent des matières premières dans une usine, nos camions vont sillonner le monde à la recherche des meilleurs matériaux, **à la recherche des meilleures sources** pour les mettre dans notre système de prise de notes (je veux dire nos meilleures lectures, nos meilleures écoutes, nos meilleures notes, nos meilleurs essais, etc.).

1. Scott Belsky, Making Ideas Happen: Overcoming the Obstacles Between Vision and Reality, Penguin, 2011.

2. Patrick Sumpf, *System Trust: Researching the Architecture of Trust in Systems*, Springer VS, 2019.

3. « Théorèmes d'incomplétude de Gödel », article wikipédia consulté le 24 septembre 2021.

4. Donald Sull et Kathleen M. Eisenhardt, *Simple Rules: How to Thrive in a Complex World*, Mariner Books, 2016.

5. David Allen, *Getting Things Done: The Art of Stress-Free Productivity*, Penguin Books, 2002.

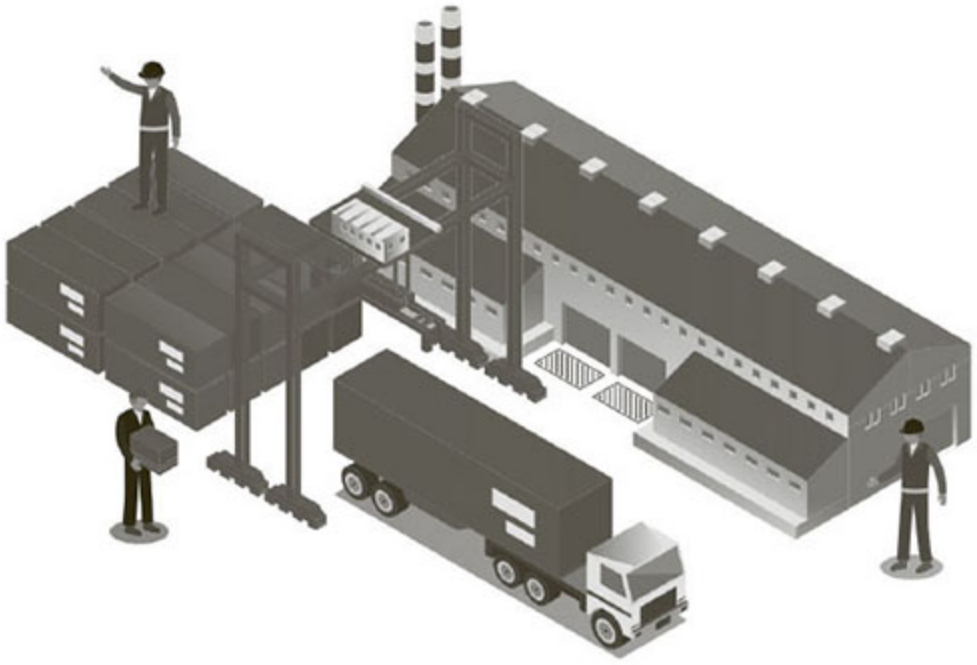
Étape 1

SÉLECTIONNER CORRECTEMENT SES SOURCES

1. SÉLECTION

Cette première étape représente les « camions de votre usine », ceux qui vous amènent le contenu à transformer.

Grâce à cette étape, vous n'aurez que les meilleurs contenus, les 20 % qui vous rapportent 80 %. Pour cela, nous verrons les grands biais psychologiques et les outils pratiques à mettre en place.



Le but est de créer un premier filtre pour déterminer le contenu que l'on va consommer, et celui sur lequel nous ferions mieux de ne pas perdre notre temps. En effet, il y a de grands principes que je vais partager avec vous qui vont nous permettre de choisir de manière judicieuse les contenus que nous consommons. Mais pour être un consommateur aguerri, il faut connaître les pièges à éviter. Nous allons nous pencher dans un premier temps sur les trois biais psychologiques qui me semblent les plus importants et qui peuvent fausser notre jugement. Ce premier chapitre reste très théorique, et vous n'aurez pas d'action concrète à effectuer après la lecture de ce dernier. Néanmoins, ces biais sont à connaître si vous voulez améliorer votre réflexion, voire même votre hygiène de pensée. Par la suite, nous verrons des outils plus concrets pour sélectionner de meilleurs contenus, ainsi que des processus à mettre en place pour faciliter votre processus de recherche. Si vous vous sentez perdu durant votre lecture, vous trouverez une représentation graphique des concepts abordés à la fin de chaque chapitre.

LES BIAIS PSYCHOLOGIQUES QUI INFLUENCENT NOTRE SÉLECTION

Le biais de confirmation

L'humain a une tendance naturelle à chercher des indices qui corroborent ses croyances. Laissez-moi prendre l'exemple des informations pour illustrer ce biais. Imaginons qu'au journal télévisé, on aborde un fait divers qui narre l'histoire de jeunes étrangers de banlieue parisienne ayant brûlé un cirque créé pourtant pour eux.

Chaque individu aura une lecture bien différente de cet événement. Certaines personnes, défavorables à l'immigration, pourront renforcer leurs croyances grâce à cet événement, car ce sont encore des étrangers qui dégradent le cadre de vie des habitants. Cependant, quand les personnes du camp anti-immigration seront amenées à donner leur avis sur cet événement, les personnes du camp adverse (pro-immigration) ne vont non seulement pas changer leur avis sur le sujet, mais auront un élément en plus qui leur permettra de renforcer leur croyance. Elles auront un argument supplémentaire pour affirmer que les membres du camp opposé ont tort, car ils accusent les pauvres personnes qui essayent de s'en sortir. Pour résumer, le biais de confirmation fait en sorte que l'on va naturellement privilégier les contenus qui confirment nos croyances actuelles. Et les informations contraires à notre point de vue vont renforcer notre croyance que le camp adverse, qui pense différemment, a tort. Autrement dit, si l'on n'identifie pas pour quelle raison on est attiré vers un contenu et si l'on analyse les faits de manière subjective, on ne fait jamais évoluer notre pensée, et l'on finit par rester sur nos positions.

Le processus d'écriture classique, qui consiste à choisir sa problématique avant de faire des recherches sur son sujet, ne fait que renforcer ce biais psychologique. En effet, on recherchera toujours des sources qui confirment notre point de vue[1]. C'est pourquoi l'un des avantages de la méthode Atomic Thinking est de pouvoir faire ses recherches et entraîner son esprit critique avant de choisir son sujet et le rédiger.

La solution à ce problème est en fait assez simple : il faut toujours essayer de trouver les sources qui vont dans le sens contraire de notre pensée, qui remettent en question notre manière de voir le monde. Cela va évidemment à l'encontre de notre tendance naturelle, mais pour devenir meilleur que l'écrasante majorité des personnes qui ne font pas cet effort par paresse intellectuelle, vous ne pouvez pas y échapper : renseignez-vous sur la thèse des personnes à qui vous vous opposez de manière objective, et prenez ce qu'il y a à prendre. De plus, vous allez pouvoir augmenter votre expertise dans votre domaine, car vous saurez pourquoi leur argument est incorrect et le vôtre correct. Ainsi, avant de commencer la lecture d'un livre, demandez-vous systématiquement : pourquoi suis-je attiré par ce contenu ? Ou encore : est-ce que les idées de l'auteur changeraient s'il changeait de sexe, de religion, ou même de classe sociale ?

L'erreur de narration

Quand un événement survient, on a tendance à le considérer comme une partie d'un tout. Même quand cet événement est lié au hasard, on préfère déformer notre grille de lecture plutôt que de le considérer comme il est : une aberration[2]. En effet, quand on regarde le passé avec une perspective historique, on aura tendance à considérer que chaque événement qui s'est produit fait partie d'une narration. Or, certains événements sont simplement liés au hasard, et l'accepter fait partie d'une démarche scientifique. Par exemple, considérer que l'on connaît parfaitement la cause d'une crise financière ne nous aide pas à anticiper le futur. En effet, on ne peut nier le caractère hasardeux de telles crises. Par conséquent, on ne peut tirer des leçons de cet événement et anticiper les événements liés au hasard qui se produiront dans le futur.

Il est très compliqué d'y échapper, car toute la société encourage ce biais et est déformée par ce dernier. En effet, dès l'école primaire, on nous apprend que les événements historiques sont tous inscrits dans une narration lisse, sans considérer le caractère aléatoire des événements les plus marquants de notre histoire (les guerres, les attentats, les crises, les révolutions…). Ainsi, il faut, pour éviter de tomber dans ce piège, adopter une attitude empirique et sceptique. Empirique, car vous basez votre

réflexion sur l'expérience, la preuve, les données. Et sceptique, car vous gardez en tête l'idée que : « Si une profusion de données ne peut confirmer quoi que ce soit, un seul exemple suffit pour tout infirmer. » Autrement dit, l'absence de preuve n'est pas la preuve de l'absence. Il faut rester sceptique vis-à-vis des croyances établies, car un exemple pourrait suffire à les contredire. Ce n'est pas parce que beaucoup de personnes croient en une même chose au même moment que cette chose est vraie. L'exemple le plus parlant est à mon sens celui du marketing. Tout le monde va développer sa méthode universelle et se servir de l'exemple de la réussite fulgurante de certains de ses clients pour prouver au monde que sa méthode est la meilleure. Cependant, on ne peut jamais savoir si faire l'exact inverse de ce que le formateur préconise dans sa méthode ne marcherait pas dix fois mieux. Ainsi, c'est le domaine par excellence où il faut faire preuve d'empirisme sceptique, et ne pas se précipiter sur la dernière méthode à la mode.

Le biais de cohérence

Quand on s'est publiquement engagé sur un sujet, on a tendance à rester cohérent avec notre déclaration. Par exemple, pendant une course de chevaux, après avoir parié sur un cheval, les gens sont beaucoup plus confiants sur sa victoire qu'avant de parier.

De même, pour un achat, une fois le bouton « commander » pressé, on va tenter de trouver des arguments en tout genre pour justifier cet achat. On va essayer de rationaliser notre achat qui a, en réalité, été dicté par nos sentiments.

Ce biais repose sur notre désir quasi obsessionnel d'être et de paraître cohérent dans notre comportement. On réagira toujours de façon à justifier nos décisions antérieures, et cela nuit énormément aux débats. De plus, la société encourage ce biais : un individu non cohérent est considéré comme quelqu'un de changeant, hésitant, influençable, léger, instable. Celui qui est cohérent est fiable et digne de confiance[3].

Voyons maintenant comment résister au biais de cohérence. Je vais vous dire ce que j'apprécie le plus chez un créateur : sa crédibilité et sa pertinence. Et ces deux facteurs peuvent être améliorés par son honnêteté

et sa capacité à avouer qu'il s'est trompé. En effet, si je me rends compte que le créateur teste des choses et améliore sa vision par itérations successives, je vais simplement me dire que la pertinence de son contenu n'en sera que plus grande, et cela me rendra plus enclin à acheter son produit. De plus, il me paraîtra plus crédible, car son message ne sera plus : « J'ai testé cette chose et ça a marché » mais « J'ai testé plusieurs méthodes et celle-ci a marché le mieux ». En bref, ce n'est pas parce que vous avez dit une chose dans votre premier article de blog que vous ne pouvez pas changer d'avis plus tard. Si vous admettez que vous vous êtes trompé à l'époque, vous n'allez que renforcer le lien avec votre audience. Et quand bien même vous ne créeriez pas de contenu, vous pourriez adopter la même attitude avec vos proches. Ce n'est pas parce que vous avez pris telle position lors d'une discussion que votre avis doit être figé. L'humilité est de mise pour résister au biais de cohérence, et comme cohérence implique engagement, moins vous prenez position et plus vous restez mesuré dans vos propos, plus votre pensée sera judicieuse et mesurée.

Ainsi, quand vous aurez pris le temps d'étudier la thèse de vos adversaires, remis en question les méthodes établies et pris l'habitude de baser votre raisonnement sur des faits, votre mission ne sera pas finie, car vous devrez accepter de toujours remettre vos opinions en cause et de changer vos positions, publiquement au besoin. N'écoutez pas ce que vous dit la société. Être quelqu'un de changeant n'est pas un défaut, c'est une qualité, c'est le propre de tout grand penseur. C'est le propre des personnes qui trouvent de nouvelles méthodes, qui font de grandes découvertes. Rester sur vos positions, ou pire, sur les positions largement valorisées par votre communauté ne vous fera pas progresser, ne vous permettra pas de vous renouveler, et va vous essouffler.

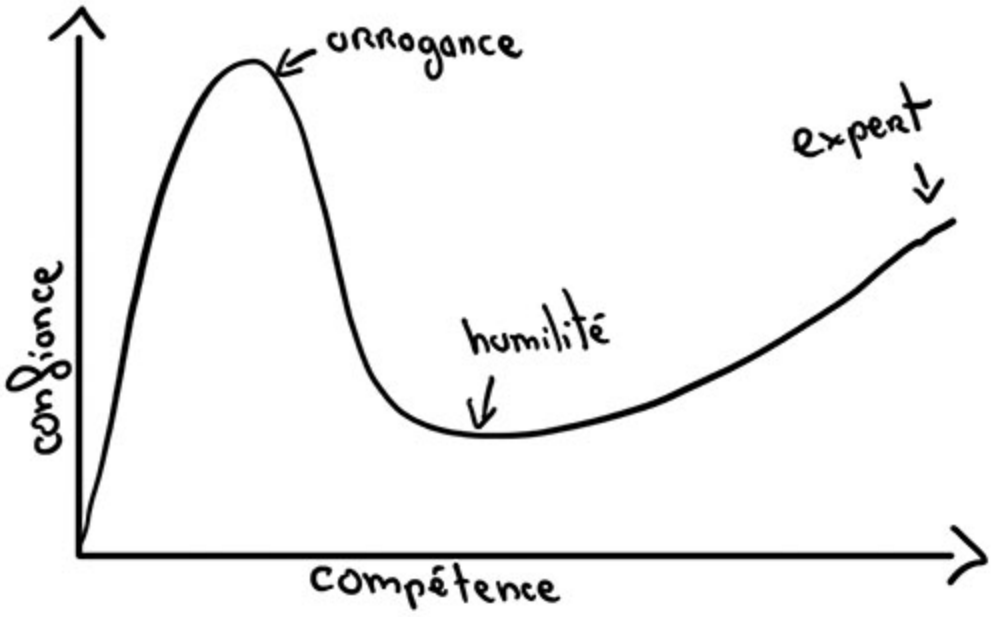
Nous venons de voir comment combattre les trois biais psychologiques principaux. Il existe encore deux autres principes secondaires que j'aimerais aborder avec vous : l'effet de sur-confiance et les faux arguments.

L'effet Dunning-Kruger

L’effet Dunning-Kruger, aussi appelé effet de sur-confiance, est un biais cognitif qui fait en sorte que les moins qualifiés dans un domaine surestiment leur compétence[4]. En général, les personnes non qualifiées ont une difficulté métacognitive qui les empêche de reconnaître leur incompétence et d’évaluer leurs réelles capacités. Vous connaissez certainement les quatre stades de la compétence selon Maslow :

Vous connaissez certainement les quatre stades de la compétence selon Maslow. Au début de tout apprentissage, nous sommes inconscients de notre incompétence, c’est le stade 1. Puis nous devenons conscients de notre incompétence ; l’apprentissage peut commencer. Le stade 3 est une compétence consciente. Nous avons appris des choses, mais nous ne les avons pas encore intégrées. Et enfin, le dernier stade est celui de la compétence consciente.

Eh bien, l’effet de sur-confiance permettrait de visualiser ces quatre stades sous la forme d’un graphique. Les débutants qui n’ont pas conscience de leur incompétence ont tendance à survaloriser leur expertise :



Représentation graphique de l’effet Dunning-Kruger.

Mais cet effet, comme on peut le voir sur ce graphique, aurait tendance à être inversé pour les experts. Autrement dit, les débutants surévaluent leur compétence, et les personnes les plus qualifiées auraient tendance à sous-

estimer leur niveau de compétence et penseraient, à tort, que des tâches faciles pour elles le sont aussi pour les autres.

C'est aussi ce qui différencie les mauvais élèves, des bons élèves.

Les mauvais élèves n'ont pas conscience de leurs limitations tandis que les bons élèves en ont conscience et travaillent uniquement en direction de leurs limites[5].

C'est pour cela qu'en plus d'aller chercher à lire des écrits qui vont à l'encontre de vos croyances, vous devriez aussi lire des contenus qui sont à la limite de votre compétence. Pour entrer dans le *flow*, un état de symbiose avec vos actions, il faut que le travail sur lequel vous vous penchez soit à la limite de vos compétences afin qu'il soit juste assez difficile pour représenter un défi pour vous, bien sûr sans vous décourager, ni vous inciter à abandonner. Ainsi, n'hésitez pas à remonter à la source des contenus que vous consommez pour vous confronter au matériel plus exigeant que ces créateurs de contenus vulgarisent pour vous.

Mais pour échapper à ce biais, il y a aussi une autre technique : la technique du plan. Avant de vous former sur un sujet sur lequel vous ne connaissez rien, créez une carte mentale dans laquelle vous listez toutes les branches de la discipline en rentrant le plus possible dans le détail. De cette manière, vous allez directement être conscient de votre incompétence et passer la montagne de la sur-confiance, de l'arrogance. C'est une habitude très saine à prendre. J'ai par exemple environ cinq plans sous cette forme, sur les neurosciences, l'économie, la sociologie, la philosophie et la programmation. Je suis loin d'être un expert dans tous ces domaines, mais quand je développe une nouvelle compétence sur ces sujets, je sais parfaitement dans quelle logique plus complexe elle s'inscrit, et je peux visualiser les zones de manque pour aller les combler, comme le font les bons élèves. Nous verrons comment réaliser un plan plus loin dans ce chapitre.

Les faux arguments

Comme nous l'avons vu, l'homme a une tendance naturelle à confirmer ses croyances plutôt qu'à les mettre à l'épreuve. C'est pourquoi on croise

souvent des « faux arguments ». Il en existe beaucoup, mais je vais ici lister les quatre principaux.

Le relativisme

Même si vous avez une opinion basée sur des faits, une autre personne qui n'a pas fait cet effort de recherche pourra venir vous dire : « Je n'ai pas le même avis et c'est le mien. J'ai le droit de l'avoir. » Cela peut réduire à néant tous les efforts que l'on déploie pour structurer sa pensée. Cet argument n'est pas valable et celui qui le dit souffre de paresse intellectuelle.

L'intellectualisme

La réflexion consiste à se questionner en s'appuyant sur le monde, les faits. L'intellectualisme consiste à remettre en cause une réflexion.

Par exemple, à la phrase : « Cette solution est plus efficace, car j'ai des faits pour le prouver », un intellectualiste pourrait répondre : « Qui a le droit de juger de l'efficacité ? »

Cela n'est pas constructif, il ne propose pas une meilleure solution, il nie la vôtre.

Le sensationnalisme

Le but de chaque intervention est de créer un *bad buzz* et de faire parler de soi. Pour répondre à ce genre d'attaques, il faut prendre le temps d'analyser la situation et de faire une réponse intelligente et construite.

Les attaques de l'expertise

Une expertise est la compétence la plus utile à développer. Cependant, elle peut être attaquée de trois manières :

- L'attaque relativiste : « Mon point de vue vaut bien le vôtre. »

- L’attaque intellectualiste : « Comment pouvez-vous être sûr à 100 % de ce que vous avancez ? »
- L’attaque populiste : « Pour qui vous prenez-vous ? »

Dès que vous décelez une de ces attaques, pointez-la simplement du doigt et demandez à votre interlocuteur de poser une autre question.

Pour résumer, il existe des faux arguments, et il est très important de les identifier le plus tôt possible lors de la sélection de contenus, voire même lors d’une simple discussion. Si vous êtes attiré par une personne qui fonde ses méthodes sur de faux arguments, fuyez ses contenus et essayez de les déconstruire publiquement par un post sur les réseaux. Mais vous vous demandez peut-être : s’il existe des faux arguments, quels sont les vrais arguments ? Je vais vous le dire rapidement.

Un argument est constitué de deux éléments : une conclusion et une prémisse. Les lecteurs retiennent la conclusion et justifient la conclusion avec la prémisse. Un bon argument est donc cohérent et basé sur des faits. Mais nous reviendrons plus tard sur ce point.

Comme vous pouvez le constater, j’essaye, dans ce livre, de vous donner des principes universels plutôt que des méthodes périssables. Ainsi, plutôt que de vous expliquer comment créer une liste de lecture sur Twitter, je préfère vous indiquer comment notre cerveau fonctionne et quels sont les grands principes qui peuvent fausser notre jugement.

> ## Pour résumer
>
> Il existe des biais psychologiques qui déforment notre jugement :
>
> **Le biais de confirmation**
>
> Définition : l’humain a une tendance naturelle à chercher des indices qui corroborent ses croyances.
>
> Solution : chercher les contenus qui vont à l’encontre de ses croyances.
>
> **L’erreur de narration**
>
> Définition : quand un événement survient, on a tendance à le considérer comme une partie d’un tout.
>
> Solution : faire preuve d’empirisme sceptique.
>
> **Le biais de cohérence**

> Définition : quand on s'est publiquement engagé sur un sujet, on a tendance à rester cohérent avec notre déclaration première.
>
> Solution : accepter que l'on puisse avoir tort et considérer tous les éléments pour avoir une opinion mesurée.
>
> **Le biais de sur-confiance**
>
> Définition : les moins qualifiés dans un domaine surestiment leur compétence.
>
> Solution : faire le plan de son domaine. Être humble. Travailler sur ses faiblesses.
>
> **Les faux arguments**
>
> Définition : comme nous l'avons vu, l'homme a une tendance naturelle à confirmer ses croyances plutôt qu'à les mettre à l'épreuve. C'est pourquoi on croise souvent des « faux arguments ».
>
> Solution : s'efforcer de chercher des arguments basés sur des faits et construire les siens de cette manière.

QUELS CONTENUS SÉLECTIONNER ?

Vous connaissez peut-être la loi de Pareto qui dit : « 20 % des personnes détiennent 80 % des richesses. » Cette loi, que l'on retrouve dans la plupart des domaines de la vie, est aussi valable pour les contenus, mais dans différents sens. Par exemple, 20 % des contenus contiennent 80 % des informations, qui sont ensuite répétées et répétées. Mais on peut aussi le voir à un niveau plus profond : 20 % du contenu d'un article contient 80 % de son savoir. Nous allons nous concentrer dans cette partie sur le premier des deux exemples, mais il est intéressant de garder cette loi en tête.

Nous sommes donc en quête des 20 % de contenus qui contiennent 80 % des informations. Mais comment les identifier ? Comment savoir ce que l'on va trouver dans un livre avant de l'avoir lu ? Eh bien comme toujours dans ce livre, je vais vous donner trois grands principes qui pourront vous aider à faire votre choix. Cette fois-ci, les trois principes que je vais partager avec vous sont de véritables outils que vous pouvez utiliser au quotidien. Je vous invite donc à les ranger dans votre boîte de modèles mentaux pour pouvoir les ressortir au besoin.

La loi de l'ancienneté

Le temps est un nettoyeur. La meilleure méthode de sélection des livres et des publications scientifiques est de tenir compte de leur âge. Les livres récents, de moins d'un an, ont une faible probabilité de survie et ne valent probablement pas la peine d'être lus. Dans une nouveauté, il y a toujours une opacité que seul le temps peut dissiper. Ce principe est théorisé sous le nom de « Lindy Effect » par Benoît Mandelbrot dans son livre *The Fractal Geometry of Nature*. L'effet Lindy signifie que l'espérance de vie de ce qui est non périssable, notamment les informations, croît avec l'âge. Le vieillissement de ce qui est basé sur des informations évolue dans le sens inverse de celui des personnes. Par exemple, on peut espérer qu'un livre qui a été imprimé pendant quarante ans soit encore imprimé pendant quarante autres années. Les exemples les plus parlants sont, à mon sens, les livres de développement personnel. Un livre récent sur le sujet aura peu de chances d'être encore édité dans cent ans ; il en sort tellement, et les idées sont souvent assez similaires. En revanche, certains livres sur le sujet sont imprimés depuis des siècles. Les écrits de Marc Aurèle ou encore les récits originels du bouddhisme ont des idées qui sont réinterprétées depuis des centaines d'années sous différentes formes. Ces écrits, imprimés depuis si longtemps, auront plus de chances de passer l'épreuve du temps et d'être encore présents dans mille ans, contrairement au nouveau livre sorti mardi dernier. Je caricature un peu, mais ceci est vérifié dans beaucoup de disciplines. Les contenus qui ont traversé l'épreuve de l'âge sont et seront souvent les valeurs sûres. Une des compétences les plus précieuses aujourd'hui est de savoir différencier les informations périssables, qui diminuent de valeur avec le temps, des concepts, qui traversent les temps et restent d'actualité. Chaque méthode est en fait un ensemble de concepts contextualisés. Alors, ne perdez plus votre temps avec des méthodes clé en main et focalisez-vous sur le fond pour créer vos propres méthodes.

Les sources

Quand on commence à avoir fait le tour des livres de sa thématique, on se rend souvent compte que les auteurs citent les mêmes sources et études en boucle. Ceci est en fait assez normal : les découvertes et les nouvelles idées qui changent le cours d'une thématique sont rares.

Ainsi, pour gagner du temps, au lieu d'ingurgiter les mêmes informations et idées encore et encore, vous pourriez aller directement aux sources et lire vous-même les études scientifiques à la base de votre thématique. Comment faire ? Prenez le livre le plus exhaustif sur votre sujet et entrez chaque ligne de sa bibliographie sur Google pour lire les études scientifiques que l'auteur cite. Donnez-vous ensuite le défi de lire une de ces études par jour. C'est en réalité assez rapide, n'hésitez pas à sauter certains passages de l'étude quand vous avez compris la conclusion et la prémisse. Attention toutefois, la plupart des études citées sont en anglais. Si cela représente un frein, vous pouvez passer leur contenu sur Google traduction. Évidemment, je vous l'accorde, cette méthode peut paraître contraignante, mais si vous voulez devenir assez rapidement un expert dans votre thématique, je ne vois pas de meilleure solution. Si on cherche ces 20 % de contenus qui vous rapportent 80 % des résultats, les études scientifiques en font assurément partie.

Le *flow*

Comme nous l'avons vu, nous cherchons à structurer un système **dans lequel** nous pouvons travailler avec une certaine souplesse, non pas un plan rigide **sur le** futur. En effet, avoir un système, un environnement dans lequel on peut évoluer au fil de nos pensées nous permet de suivre notre intérêt, de toujours aller là où la curiosité nous mène. Et d'après mon expérience, c'est souvent sur ces chemins que l'on trouve le plus de nouvelles connexions. Le but même de notre système est de prendre du plaisir à jouer avec de nouvelles connaissances, et de manière secondaire, de prendre du plaisir à créer de nouveaux contenus. Ainsi, il ne faut jamais restreindre votre curiosité, même si cette dernière vous pousse à aller explorer des connaissances en tout point opposées à votre domaine d'expertise. Je ne saurais trop vous recommander de lire des livres en tout genre. Les retours que j'ai eus de mes clients sur mes formations ont beaucoup porté sur l'intérêt qu'ils ont trouvé dans les illustrations de concepts abstraits de manière concrète. Avec le recul, je peux vous assurer que cette capacité vient du fait que je lis sur des domaines divers et variés, ce qui me permet de faire des connexions entre mes idées. Mais aussi et surtout, le système est fait pour vous révéler des connexions là où vous n'en voyez pas encore. Par exemple, en lisant sur la génétique, j'ai trouvé

un moyen d'illustrer un concept très abstrait que j'enseignais en formation. Les retours ont été immédiatement positifs. Ne vous restreignez pas, lisez ce que vous voulez, car le système est fait pour favoriser et décupler les possibles connexions. Nous reviendrons sur ce point plus en détail dans la partie consacrée à l'émergence (étape 4).

Pour résumer

Il existe trois règles pour sélectionner de bons contenus :

1. La meilleure méthode de sélection des livres et des publications scientifiques est de tenir compte de leur âge. Les livres récents, de moins d'un an, ont une faible probabilité de survie et ne valent probablement pas la peine d'être lus. Dans une nouveauté, il y a toujours une opacité que seul le temps peut dissiper.
2. Vous pouvez aller directement aux sources et lire vous-même les études scientifiques à la base de votre thématique.
3. Suivez votre envie, et ne culpabilisez pas de lire des récits sans rapport direct avec votre thématique, car de nouvelles idées, amplifiées par votre système, vont émerger de cette rencontre.

Cas pratique

Comment sélectionner les livres que l'on va acheter et lire ?

Voici une question que vous pourriez me poser :

« Ok, c'est bien tout ça, mais maintenant, est-ce que tu peux nous expliquer concrètement comment tu sélectionnes le livre que tu vas acheter et lire ? »

Oui, bien sûr, vous avez raison, rentrons un instant dans le concret.

En réalité, quand je parle de sélection, je parle plutôt de tri parmi une abondance de propositions. En effet, j'ai une liste de lecture qui dépasse les cent livres et les mille articles à l'heure où je vous parle, et je sais que c'est probablement la même chose pour vous. Vos proches vous font des recommandations en permanence, et chaque article que vous lisez sur Internet fait des liens vers une dizaine d'autres articles, ce qui vous submerge de recommandations, que vous n'aurez probablement jamais le temps de lire. Si c'est votre cas, alors je vais vous donner un point de vue qui a changé mon rapport à cette liste angoissante : ce n'est pas grave ! La première étape est simplement de lâcher prise. Si nous créons un système, c'est pour libérer notre esprit, par pour lui ajouter une charge mentale supplémentaire ! Vous avez cette liste de livres que vous ne lirez probablement jamais, et c'est très bien comme ça !

Mais alors comment choisir le prochain livre que je vais lire parmi cette dernière ?

Eh bien, je vais aller voir où me pousse le *flow*. Si un livre me saute aux yeux, je vais m'intéresser à ce dernier. En effet, le *flow* est selon moi la meilleure manière de sélectionner un livre, car la lecture de ce dernier représente un nombre d'heures conséquent et un investissement personnel non négligeable. Si vous n'avez pas une motivation personnelle forte, vous allez probablement l'abandonner. Une fois, donc,

que j'ai sélectionné un livre qui m'intéresse, je vais lui faire subir les tests que je vous ai présentés précédemment. Je vais vérifier qu'il répond à la loi de l'ancienneté, qu'il est bien documenté, que le sommaire correspond à mes attentes et que l'auteur n'est pas soumis aux biais décrits plus haut. Une fois ces vérifications effectuées, je vais commencer ma lecture. C'est le processus que j'utilise le plus souvent pour choisir quel livre lire, à une exception près : quand un livre m'est conseillé plus de trois fois par rapport à une problématique précise, je vais le lire immédiatement. Et je souligne bien le « par rapport à une problématique précise », car si ce n'est pas une recommandation ciblée, il s'agira souvent d'une tendance, et j'essaye de rester loin des tendances, pour cultiver une pensée originale.

Et enfin, quand je veux lire un livre pour répondre à l'une de mes problématiques actuelles, je vais essayer d'écouter les personnes qui ont résolu mon problème pour savoir quelle ressource leur a permis d'y arriver. Par exemple, si je veux apprendre comment créer un entrepôt, je vais aller voir s'il y a dans mon réseau, ou sur Internet, des personnes qui ont déjà monté un entrepôt. Je vais ensuite leur demander conseil, et essayer de voir quelle est la meilleure ressource qu'elles pourraient me conseiller.

DES SYSTÈMES POUR LIBÉRER SON ESPRIT

Vous connaissez désormais quatre outils et six grands principes qui vous aideront à sélectionner de bons contenus. Cependant, sélectionner des contenus est une chose, mais avoir le temps pour les lire en est une autre. En effet, on a très peu souvent le temps de lire un article en entier quand on tombe dessus, de même pour un livre. C'est pourquoi il nous faut introduire un nouveau système qui puisse nous permettre de décharger des informations inutiles de notre mémoire pour pouvoir consacrer notre attention à des tâches plus importantes. Il nous faut un système fiable qui nous permette de sauvegarder le lien d'un article pour pouvoir revenir le lire plus tard. En effet, toutes ces informations, que nous devons garder en tête, prennent de la place dans notre mémoire à court terme. Des études récentes suggèrent qu'il existerait sept emplacements (+ ou – deux) à notre disposition dans notre mémoire à court terme dans lesquels on pourrait stocker les informations avec lesquelles on est activement en train de travailler[6]. Ainsi, avoir une idée et ne pas avoir un système pour la décharger de notre mémoire, c'est monopoliser un de ces sept emplacements. C'est pareil pour les articles à lire ou les choses à faire. Si on laisse ces choses-là s'empiler, elles vont venir obstruer notre pensée.

Alors, quels systèmes faut-il mettre en place ? Il nous en faut trois : un pour les idées spontanées, un deuxième pour une liste de lecture, et enfin un dernier pour gérer les références des contenus que l'on consomme. Ces systèmes sont en fait les points d'entrée du système global : ce sont les matières premières qui entrent dans l'usine. Ce qu'il faut garder en tête, c'est qu'ils ne sont pas faits pour durer. Ce sont des boîtes de réception, pas des locaux de rangement. Pour accompagner ces systèmes, vous devez prendre l'habitude de vider vos boîtes de réception chaque semaine. Vider une boîte de réception ne veut pas nécessairement dire faire une action ou réaliser une idée. Non, cela veut dire mettre vos idées à incuber, planifier un temps dans votre semaine pour lire vos contenus. Les systèmes que nous allons mettre en place sont simplement là pour diminuer la friction lorsque l'on capture une idée et pour ne pas l'oublier. Cependant, ils ne sont que la première étape du système de gestion des connaissances. Si vous laissez des idées stagner à ce stade, elles ne se transformeront jamais en projet.

La gestion des idées

Le critère de choix principal pour ce système est la friction avec laquelle vous allez pouvoir prendre une note. En effet, les idées sont très fragiles dans leur enfance, et vous devez avoir une manière de les capturer qui est instantanée. Vous ne voudriez pas les abîmer, voire pire, les tuer… Ainsi, les applications très légères avec des fonctions de « *speech to text* » (transcription de la parole) sont idéales pour ce rôle. Ces idées que vous notez au fil de vos journées se déplaceront ensuite progressivement soit dans votre liste de tâches, et seront alors transformées en projet, soit dans votre usine à connaissances, où elles rencontreront d'autres connaissances afin de se développer.

Au moment de l'écriture, je recommande les logiciels Google Keep, Things, Apple Notes et Drafts car ils présentent une friction très faible à la prise de notes. Pour voir une liste actualisée, rendez-vous sur livre.atomicthinking.fr

La liste de lecture

La friction est là aussi un élément clé d'un bon logiciel de liste de lecture. Vous devez être en mesure d'envoyer un article à votre liste en moins de deux clics. Vous devez aussi être capable de le retrouver instantanément. Le processus qui accompagne cet outil est le suivant :

1. Vous découvrez des contenus par sérendipité, ou par recherche active.
2. Vous n'avez pas le temps de les lire sur le moment, alors vous les envoyez à votre liste de lecture.
3. Quand vous avez un moment de libre dans votre journée, plutôt que de traîner sans but sur les réseaux sociaux, vous savez quoi lire pour faire avancer votre réflexion.
4. Une fois que ce contenu est lu, sa référence se rend dans votre logiciel de gestion des références (je vais vous parler de ce point dans un instant) et vous pouvez le glisser dans un dossier « lu » pour l'identifier comme tel.

Ainsi, vous savez toujours quoi lire et vous ne vous sentez pas submergé par l'immensité des contenus que vous voudriez lire. Vous procédez avec méthode et calme pour acquérir de nouvelles connaissances sans effort.

Pour créer une liste de lecture, je vous recommande les applications Instapaper, Things, Google Keep, Raindrop.io ou encore MyMind.

La gestion des références

C'est la partie du processus qui est souvent oubliée par les formateurs, mais elle est très importante et ne doit pas être mise à l'écart. En effet, nous allons d'abord étudier pourquoi il est important de citer ses sources, avant de regarder les processus que l'on peut mettre en place pour rendre l'attribution de crédits et la création de bibliographies plus faciles.

Pourquoi est-il important de citer ses sources ?

Il faut citer ses sources pour que chaque argument avancé soit vérifiable et que le lecteur puisse le constater. Il s'agit aussi d'attribuer des crédits. Nous l'avons vu précédemment, un argument est formé de deux parties :

une prémisse et une conclusion. Par exemple, le résumé d'une étude scientifique sera sa conclusion, et ses données sa prémisse. Personne n'imaginerait une étude scientifique sans données qui viennent confirmer les conclusions avancées. Vous devriez traiter vos contenus de la même manière. Des données similaires peuvent être analysées différemment en fonction de la personne qui les lit. Ainsi, il est important que chacun puisse remonter aux prémisses de vos arguments pour tirer ses propres conclusions. Il faut aussi s'assurer de donner les crédits aux personnes à qui vous prenez des idées. En effet, quand bien même rien n'est parfaitement original, tout est un mélange de ce qui existait auparavant, il existe des articles avançant des idées qui sont reprises des années durant. C'est pour cela qu'il faut reconnaître une certaine nouveauté et propriété à ces idées, et qu'il faut prendre soin de citer ces contenus dans vos bibliographies.

Que citer ?

Il faut avant tout différencier les assemblages de contenus des articles scientifiques ou fondateurs de leur discipline. Vous ne citerez dans vos bibliographies que des sources qui proviennent de cette deuxième catégorie. Par exemple, une vidéo YouTube, ou un livre populaire seront des assemblages d'idées qui proviennent d'autres sources. L'idée sera alors de remonter à ces sources et citer ces dernières. Pour donner des exemples de contenus à citer, on a :

- les études scientifiques ;
- les données statistiques ;
- les livres « fondateurs » de leur discipline ;
- un article de blog très documenté.

Le logiciel de gestion des références

Le principe d'un logiciel de gestion des références est que ce dernier va mémoriser toutes les caractéristiques des contenus que vous lisez dans une base de données. Par exemple, si vous ajoutez un livre dans votre gestionnaire, il se souviendra de son éditeur, de sa date de publication, du

nom de son auteur, de son titre ou encore de son résumé. C'est déjà un avantage en soi, si vous souhaitez traquer ce que vous lisez, ou retrouver rapidement un livre sur un thème en particulier. Mais l'avantage principal de ces logiciels est de vous permettre d'intégrer cette base de données avec votre logiciel de traitement de texte de manière à ce que, quand vous écrivez un document, vous puissiez rapidement citer un livre et créer une note de bas de page. À la fin de la rédaction, vous pourrez aussi créer une bibliographie automatiquement. Ces logiciels étant à l'origine conçus pour les universitaires, vous y retrouverez tous les styles de formatages classiques.

Au moment de l'écriture, vous pouvez utiliser un logiciel complet et gratuit : Zotero, qui est celui que j'utilise personnellement. Il vous permettra d'ajouter rapidement une source grâce à un outil de capture dans votre navigateur internet, et ses nombreuses intégrations avec des logiciels vous permettront de citer vos sources facilement.

Zotero, un logiciel de gestion des références.

BIBLIOGRAPHIE :

Cowan, Nelson. « The Magical Number 4 in Short-Term Memory: A Reconsideration of Mental Storage Capacity ». *Behavioral and Brain Sciences* 24, n° 1 (février 2001): 87-114. https://doi.org/10.1017/S0140525X01003922.

« (PDF) The Feature-Positive Effect in Adult Human Subjects ». Consulté le 3 février 2021. https://www.researchgate.net/publication/15762221_The_Feature-Positive_Effect_in_Adult_Human_Subjects.

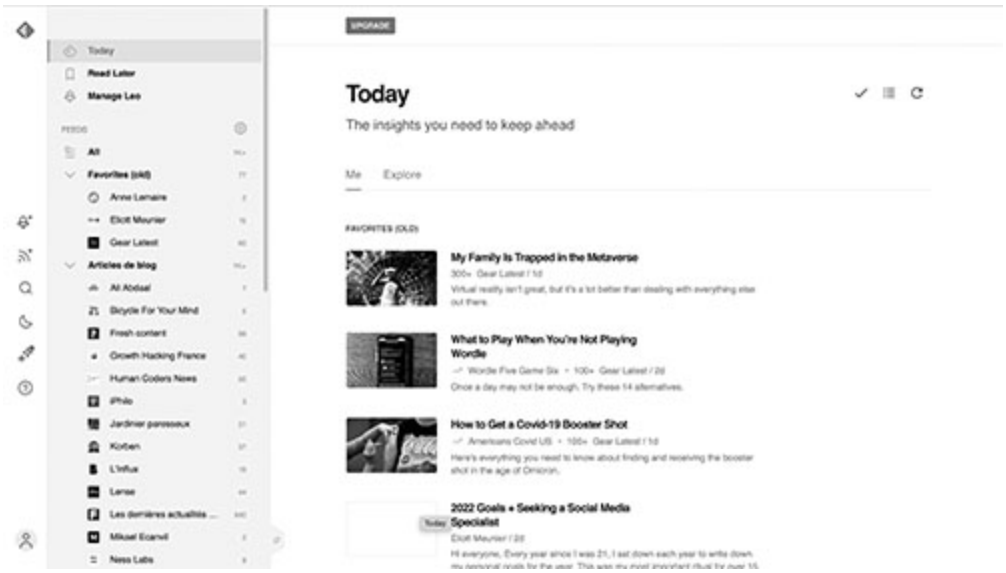
Taleb, Nassim Nicholas. *Antifragile: Things that Gain from Disorder*. 1er édition. London: Penguin, 2013.

Exemple de bibliographie réalisée à l'aide de Zotero.

Pour voir une liste à jour de mes logiciels, rendez-vous sur : livre.atomicthinking.fr

Un agrégateur de flux RSS

On retrouve de plus en plus souvent l'idée que les réseaux sociaux polarisent la société et font perdre leur libre arbitre aux citoyens de par leurs algorithmes de recommandations. En effet, le but de ces plateformes n'est évidemment pas aligné avec le vôtre. Votre but est de consommer des informations intéressantes et justes, tandis que le but de la plateforme est de vous faire rester le plus longtemps possible sur son application et de vous rendre le plus réceptif possible aux publicités. C'est pourquoi elle va vous suggérer quasiment exclusivement des contenus renforçant vos croyances actuelles. Ainsi, si vous ne contrôlez plus les contenus que vous lisez, vous ne contrôlez plus votre manière de penser, d'où la perte de libre arbitre. C'est pour cette raison que vous devez créer votre propre flux d'articles, de vidéos, de livres ou encore d'études scientifiques en fonction de vos intérêts personnels et non biaisés par des algorithmes. Pour ce faire, vous pouvez utiliser une technique aussi vieille que le web : l'agrégation de flux RSS. Tous les blogs émettent un flux RSS. C'est un fichier qui est mis à jour à chaque fois qu'un nouvel article est publié. Ainsi, il va indiquer à votre agrégateur qu'il y a un nouvel article et qu'il peut l'afficher. Dans votre agrégateur, vous allez donc inscrire tous les flux RSS des blogs qui vous intéressent et vous pourrez lire les derniers articles de ces blogs quand vous le souhaitez. Le logiciel que je recommande au moment de l'écriture de ce livre est Feedly. Voici une capture d'écran du logiciel :



Visuels de Feedly, un service d'agrégation de flux RSS.

Pour trouver une liste à jour des meilleurs logiciels d'agrégation de flux RSS, rendez-vous sur le site livre.atomicthinking.fr

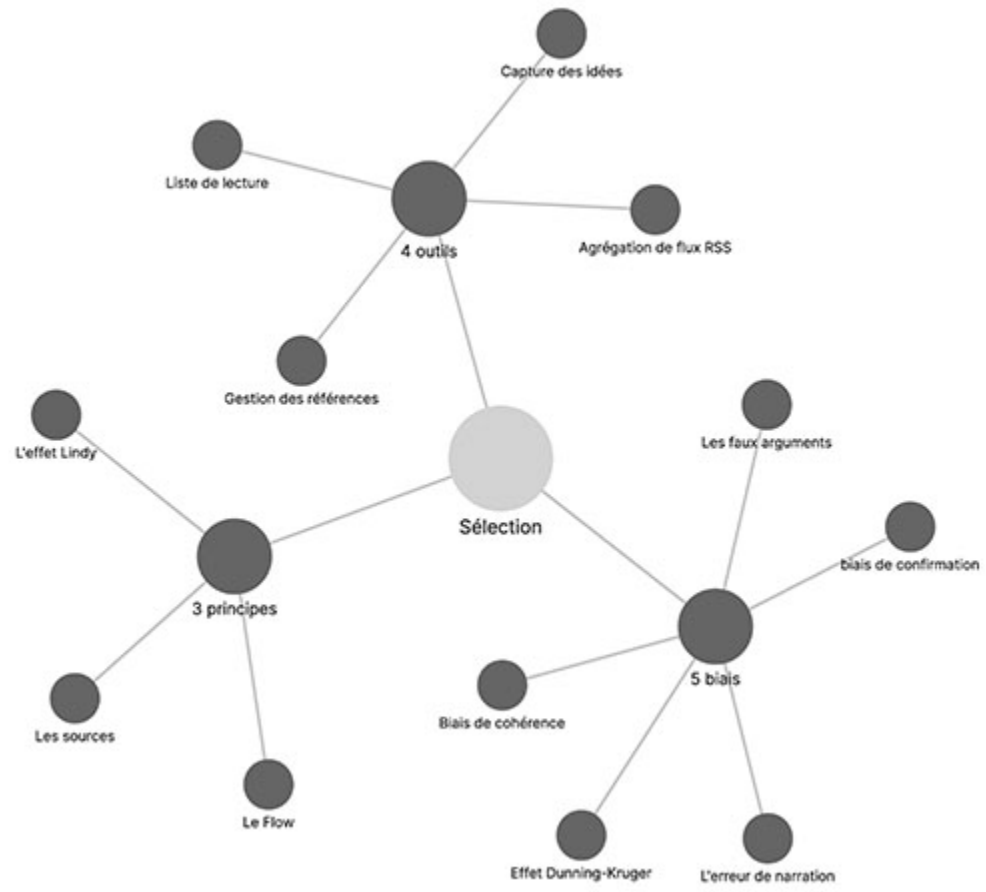
Pour résumer

Nous avons sept emplacements disponibles en permanence dans notre mémoire à court terme. Nous ne voulons pas les obstruer avec des informations inutiles comme des idées qui pourraient se perdre, ou encore des envies de lecture et des références. Ainsi, on peut mettre en place trois systèmes pour résoudre ce problème, qui seront en fait les points d'entrée du système de gestion des connaissances :

- un système de capture des idées ;
- un système de gestion des références ;
- une liste de lecture.

Nous avons également mis en place un agrégateur de flux RSS pour vous permettre de créer votre propre flux d'articles intéressants.

Voici une représentation visuelle des différents concepts évoqués dans cette partie :



Nous venons de voir quels contenus sélectionner et les techniques qui nous permettent de les faire entrer facilement dans notre système. Dans la prochaine étape du processus, nous verrons comment mieux apprécier et repérer les informations importantes.

Cas pratique

Comment trouver des blogs intéressants ?

Mes clients me disent souvent qu'ils ne trouvent aucune valeur dans les articles des grands blogs, et qu'ils n'arrivent pas à trouver les quelques pépites qui existent sur le web. La question « Comment trouver des blogs intéressants ? » revient donc souvent, et elle est de plus en plus problématique. En effet, pour que vous compreniez d'où vient le problème avec les articles de blog des grands médias, je dois vous expliquer leur business model. Ce dernier repose évidemment sur la publicité. À chaque fois qu'un lecteur clique sur un encart publicitaire, ils gagnent, mettons 1 €. Ainsi, plus le lecteur verra d'encarts publicitaires durant son séjour sur le site, plus, statistiquement parlant, il y a de chances qu'il clique dessus. De ce fait, les médias demandent à leurs rédacteurs de faire du remplissage durant les trois premiers quarts de l'article, sans fournir la réponse au problème du lecteur, pour que ce dernier descende en bas de la page, afin de trouver la réponse. Et durant sa descente, il aura croisé environ un

encart tous les cent mots. Résultat des courses : pour 5 minutes passées à lire un article de mille mots, vous aurez vu une dizaine de pubs, lu environ sept cent cinquante mots d'introduction vide, pour finir avec une réponse incomplète à votre problème. Pour résumer, les rédacteurs sont encouragés à écrire de mauvais articles, à cause du business model de leur entreprise. Bref, vous l'aurez compris, les grands blogs, on évite.

Ok, mais alors si on évite les grands blogs, quelles sources sont fiables et m'apportent de la valeur ? Les médias traditionnels ?

Oui… et non.

Ou plutôt oui… mais à consommer avec modération.

En effet, leur business model n'est guère différent de celui des grands blogs, c'est toujours une même guerre de l'attention. Différents travers s'installent alors dans la ligne éditoriale de ces médias, en particulier un non-approfondissement, un biais de négativité constant, un biais du fossé, etc.

Les grands médias, c'est comme le fastfood, ce n'est ni bon, ni peu cher, c'est juste pratique.

Ou, dit autrement, votre retour sur attention et votre plaisir de lecture n'est pas maximisé avec ces grands médias, mais comme vous les avez tout le temps sous la main, c'est pratique, alors vous les consommez quand même.

Vous voyez où je veux en venir. Mais alors, la question reste entière, quels blogs suivre ?

Vous souvenez-vous de la phrase « *Power to the people* » ?

Eh bien c'est exactement ça !

Il faut essayer de trouver les créateurs qui écrivent des articles non pour vous faire cliquer sur de la publicité, mais pour 1) leur plaisir ou 2) vous vendre un abonnement ou un produit. En effet, ce type de créateurs ne va pas chercher à maximiser le temps passé sur la page, mais la valeur apportée au lecteur dans l'article. C'est bien plus efficace pour convaincre le lecteur que l'auteur est compétent et pertinent.

Ok, mais comment trouver ces pépites, ces auteurs indépendants qui écrivent par passion ?

Eh bien ça, c'est très très dur. Car la plupart du temps, ils n'apparaîtront pas dans les premiers résultats de recherche Google, et vous n'en entendrez pas parler par vos proches.

Ainsi, le chemin le plus efficace pour les trouver est Twitter.

Trouvez les meilleurs tweets sur votre thématique et regardez si leur auteur a un blog ou une newsletter. Et vous verrez, plus vous en suivrez, plus vous en découvrirez. En effet, dans une même thématique, les blogueurs se connaissent et se recommandent entre eux.

Voilà finalement comment je trouve des articles intéressants à insérer dans Feedly.

1. Raymond Nickerson, « Confirmation Bias: A Ubiquitous Phenomenon in Many Guises », Review of General Psychology, n° 2, 1998.

2. Nassim Nicholas Taleb et Christine Rimoldy, *Le Cygne noir : La puissance de l'imprévisible,* Les Belles Lettres, 2014.

3. Robert B. Cialdini et Marie-Christine Guyon, *Influence et Manipulation*, Pocket, 2014.

4. Justin Kruger et David Dunning, « Unskilled and Unaware of It: How Difficulties in Recognizing One's Own Incompetence Lead to Inflated Self-Assessments », *Journal of Personality and Social Psychology* 77, 1 janvier 2000.

5. John Dunlosky *et al*., « Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology », *Psychological Science in the Public Interest* 14, n° 1, 1 janvier 2013.

6. Georges Armitage Miller, « The magical number seven plus or minus two: some limits on our capacity for processing information », *Psychological review*, 1956, https://doi.org/10.1037/h0043158 ; Daniel Schacter, Joan Chiao et Jason Mitchelm, « The seven sins of memory: implications for self ; Annals of the New York Academy of sciences, 2008 ; Nelson Cowan, « The Magical Number 4 in Short-Term Memory: A Reconsideration of Mental Storage Capacity », *Behavioral and Brain Sciences* 24, n° 1, février 2001.

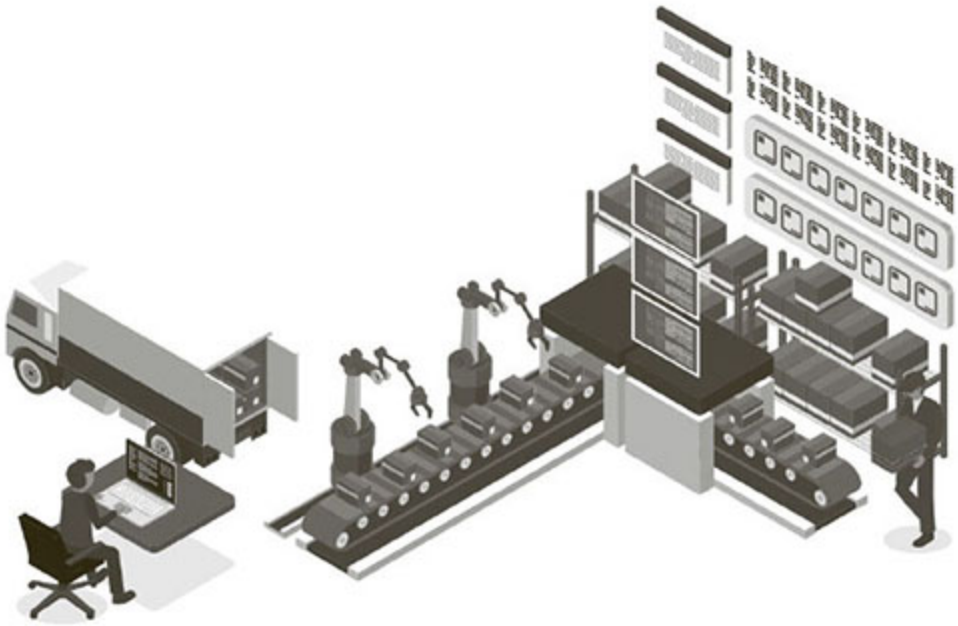
Étape 2

LA CAPTURE

2. CAPTURE

Cette deuxième étape représente le tri : on va ranger les cartons sur les étagères pour les retrouver facilement.

Grâce à cette deuxième étape, vous saurez comment prendre des notes sur les contenus que vous lisez, et comment capturer toutes vos idées.



Maintenant que nous avons vu comment sélectionner les contenus, les sources sur lesquelles vous allez travailler pour alimenter votre usine, nous pouvons entrer dans la phase de capture du processus. Dans la partie précédente, nous avons essayé d'identifier les 20 % des contenus qui contiennent 80 % du savoir. Dans cette phase, nous allons identifier les 20 % des contenus que vous lisez qui contiennent 80 % de leurs informations.

Nous allons choisir les contenus à prendre en notes pour les faire passer sur notre chaîne de production, ceux à jeter, ou encore, ceux à stocker précieusement sur l'étagère au fond. Je vous rappelle que vous pouvez retrouver un résumé visuel des concepts abordés à la fin du chapitre.

POURQUOI PRENDRE DES NOTES ?

Vous pensez peut-être que la prise de notes, même si c'est une tâche fondamentale dans la réussite de la mise en œuvre de notre système, est une tâche contraignante. Mais je vous l'assure, elle ne l'est vraiment pas ! Au contraire, au bout d'un certain temps, elle devient même un jeu. Nous allons nous entraîner à être de plus en plus concis dans l'explication de concepts. Nous allons apprendre à identifier le principe au cœur de chaque idée et allons pouvoir le résumer de manière concise et précise. Jouer avec la connaissance est une des activités les plus gratifiantes qui puissent exister. Vous créez de nouveaux concepts, de nouveaux contenus, vous répandez votre vision du monde et vous faites évoluer votre pensée. Votre usine à connaissances sera, à terme, l'endroit où vous passerez le plus de temps. À ce stade, une précision s'impose quant à la répartition du temps entre les diverses activités.

En appliquant ce système, vous changez radicalement de paradigme d'écriture. En effet, **vous n'écrivez plus pour des contenus finis, mais pour des briques de connaissances**, que vous pourrez réutiliser dans des dizaines de contenus et connecter à l'infini. Ainsi, les quelques minutes supplémentaires que vous prenez pour résumer les concepts d'un article seront rentabilisées par l'utilisation multiple que vous ferez de cette note. Hier, en lisant des articles sans prendre de notes, vous perdiez votre temps, car vous oubliiez la majeure partie de ce que vous appreniez une fois le projet terminé. Demain, vous pourrez capitaliser sur le temps que vous passez à lire des contenus et à vous informer.

La prise de notes doit désormais faire partie de toutes vos activités. Vous devez lire, parler, écouter, observer un stylo à la main. Votre objectif est bien de développer vos idées en permanence et ne rien laisser s'échapper. Ainsi, en pensant de la sorte, la prise de notes ne vous prendra pas un temps fou tous les soirs. En effet, il s'agit seulement de modifier légèrement le déroulement de certaines activités pour capitaliser sur les connaissances apprises. Il faut simplement prendre une habitude de prise de notes qui, avec le temps, devient presque addictive.

Prendre des notes, c'est comprendre. C'est Richard Feynman, le fameux physicien, qui disait que l'on comprend quelque chose quand on peut donner un cours dessus[1]. Et on pourrait comparer l'action de donner un cours avec celle de reformuler un concept à l'écrit. On pourrait même dire que l'écrit est plus puissant, car il ne laisse pas de place aux incertitudes. Les trous logiques, les contresens, les contradictions ne peuvent exister sur le papier. On a tous dit au moins une fois lors d'une discussion « Oui, mais c'est ce que j'avais dit ». Sur le papier, ce genre de raccourcis n'est pas possible. Il nous faut penser l'idée de bout en bout. C'est aussi pour cela qu'il faut lire avec un stylo à la main : pour nous assurer que nous comprenons ce que nous lisons.

On écrit donc pour comprendre, mais on écrit aussi pour la clarté, pour faire émerger de nouvelles idées. Beaucoup de personnes croient que l'écriture vient après une série de longues réflexions de la part de l'auteur qui a créé un plan minutieux pour son livre en amont de l'écriture. Mais ce n'est pas vrai : écrire c'est comprendre, et c'est souvent faire émerger de nouvelles idées. Une fois que l'on est dans cette dynamique d'écriture, il est facile de se laisser porter et de conceptualiser sans s'en rendre compte de nouvelles idées. Bien souvent, dans le processus d'écriture le premier brouillon est uniquement là pour coucher des idées sur le papier, pour déposer de la matière. Le sculptage de cette matière n'intervient que plus tard, lors de la troisième ou quatrième relecture ou réécriture.

> *« Les gens pensent que vous devez être inspiré pour écrire. Non, vous écrivez pour vous inspirer. »*
>
> Paul Jarvis

Nous venons de voir pourquoi nous devons prendre des notes :

- pour gagner en clarté ;
- pour avoir de nouvelles idées ;
- pour comprendre des concepts ;
- pour se souvenir des idées que nous lisons ;
- pour capitaliser sur nos connaissances dans de nombreux projets.

Nous allons maintenant nous pencher sur la façon de prendre des notes et quoi prendre en notes.

COMMENT PRENDRE DES NOTES ET QUOI PRENDRE EN NOTE ?

La règle pour prendre des notes part d'un constat simple : un livre tourne souvent autour d'une dizaine de concepts principaux. Le reste des mots autour de ces concepts est simplement là pour remplir un quota, ou pour illustrer un concept que vous pourriez déjà avoir compris. Le principe est donc simple : trouvez ces dix concepts et résumez-les. Concentrez-vous sur le signal et coupez le bruit. Vous devez, durant votre lecture, être à la recherche de ces pépites, de ces phrases qui résument parfaitement le chapitre d'un livre. Une fois que vous avez identifié ces quelques connaissances principales, essayez de les résumer en moins de dix lignes. Si vous y arrivez, vous êtes un maître en la matière. Si vous arrivez à résumer un livre de trois cents pages en seulement mille mots, alors respect ! Pour ma part, je dois vous avouer que j'ai toujours du mal à faire ce tri. J'ai tendance, par peur de manquer, à prendre en notes plus d'informations que ce dont j'ai réellement besoin. En termes clairs, vous l'aurez compris, le moins on prend de notes, le meilleur on devient pour prendre des notes.

Nous allons maintenant examiner ensemble les règles de lecture. Elles s'appliquent à tout type de contenu que vous pourriez être amené à consommer.

La première est d'être sûr que l'on a séparé les tâches d'avis, d'analyse et de compréhension, et que pendant la lecture, on ne s'efforce que de comprendre. Si vous n'entamez pas la lecture avec un esprit ouvert et que vous cherchez immédiatement à analyser et juger la pensée de l'auteur, alors vous ne tirerez pas le plein parti de votre lecture. Vous devez dans un premier temps vous efforcer de comprendre parfaitement la thèse de l'auteur, être capable de l'expliquer à un enfant de 5 ans, avant de la rejeter et d'émettre un avis. En faisant cet effort, vous saurez exactement ce qui vous convient ou ne vous convient pas dans les arguments adverses.

La seconde est d'être certain que l'on a bien résumé le contenu du livre avant de le ranger au fond d'une étagère et de l'oublier.

La dernière est de trouver la pertinence du livre et faire de nouvelles connexions pour venir inclure nos nouvelles connaissances dans une compréhension plus globale. C'est l'étape la plus importante de la lecture et 99 % des lecteurs ne le font pas. En effet, c'est grâce aux nouvelles connexions que vous allez créer entre vos nouvelles connaissances et votre expertise existante que vous ferez émerger de nouveaux concepts, que vous ancrerez les connaissances que vous venez de lire dans votre mémoire, et que vous commencerez à créer du contenu. Concrètement, pour chaque idée avancée, et donc pour chacune de vos notes, vous pouvez donc vous poser ces questions :

- Comment est-ce que cette note explique une note qui est déjà dans mon système ?
- Quelle idée contredit cette idée ?
- Pourquoi suis-je attiré par cette idée ? (Est-ce que c'est juste le biais de confirmation qui m'a poussé vers elle ?)
- Est-ce que cette idée pourrait changer si on changeait la perspective de l'auteur (son origine, son sexe, son milieu social…) ?
- Quelles sont les applications que je vais avoir de ce concept ?

Le but de ces questions est simplement de mettre en perspective une note avec les autres notes de votre système. Vous n'avez évidemment pas besoin de systématiquement vous les poser, mais elles vous permettront de vous mettre sur la bonne voie au début. Par la suite, les connexions viennent beaucoup plus naturellement.

Il faut s'efforcer de lire le texte dans le but de trouver ses limitations, de voir ce qui n'y est pas mentionné. À la manière des bons élèves qui sont conscients de leurs limitations et qui cherchent toujours à les dépasser, vous devez vous aussi chercher les limitations de la pensée de l'auteur et avoir un regard critique dessus.

Ainsi, nous l'avons vu, la première étape est d'identifier et de résumer en quelques lignes les concepts principaux d'un livre. La deuxième étape est

de mettre ces concepts en lien avec nos connaissances existantes et de se questionner sur la pensée de l'auteur. Il reste une troisième et dernière étape à ce processus, que nous allons voir maintenant.

Il s'agit de prendre des notes en pensant aux clés d'accès. Autrement dit : dans quel contexte voudrais-je tomber sur cette note ? Quelles sont mes notes qui pourraient me conduire à retomber sur ce concept à l'avenir ? Si l'on commence à se poser ces questions, on ne réfléchit plus au tri de ses notes de manière à les catégoriser dans des dossiers bien définis, on arrive à entrevoir une organisation qui se crée d'elle-même, où tous les concepts de toutes les disciplines sont au même niveau et peuvent se connecter entre eux. Nous en reparlerons dans la phase de déconstruction, mais avant cela nous allons voir, grâce à des exercices pratiques, comment prendre des notes.

COMMENT PRENDRE DES NOTES

Nous allons essayer de voir la science derrière la prise de notes grâce à trois textes.

Premier exemple, tiré de *Factfulness*, par Hans Rosling :

> *« Je veux parler de cette tentation irrésistible que nous avons, qui consiste à diviser toutes sortes de choses en deux groupes distincts, souvent en conflit l'un avec l'autre et séparés par un fossé imaginaire – un énorme gouffre d'injustice. Il s'agit de la façon dont l'instinct du fossé crée, dans la tête des gens, le tableau d'un monde divisé en deux types de pays. Le monde était divisé en deux, mais ce n'est plus le cas. Aujourd'hui, la plupart des gens se trouvent entre les deux. Il n'y a pas de fossé entre l'Occident et le reste, entre "développé" et "en voie de développement", entre riches et pauvres. Et nous devrions tous arrêter d'utiliser ce genre de division simpliste. »*

Comment pourrions-nous résumer cette citation en seulement une phrase ? Essayez mentalement de votre côté et lisez ensuite ma version.

La voici :

> *Nous avons tendance à voir des clivages, des fossés de l'injustice, là où la plupart des gens ne se trouvent pas aux extrêmes, mais dans le fossé lui-même. Ainsi, cela conduit à avoir une vision simpliste du réel, divisé en deux parties qui s'opposent.*

Deuxième exemple, tiré du livre *Introduction à la pensée complexe* d'Edgar Morin :

> *« Nous demandons légitimement à la pensée qu'elle dissipe les brouillards et les obscurités, qu'elle mette de l'ordre et de la clarté dans le réel, qu'elle révèle les lois qui le gouvernent. Le mot de complexité, lui, ne peut qu'exprimer notre embarras, notre confusion, notre incapacité de définir de façon simple, de nommer de façon claire, de mettre de l'ordre dans nos idées. »*

Prenez 5 secondes pour fermer les yeux et résumer le concept mentalement.

Voici ma version :

> *La pensée est là pour mettre de l'ordre, la complexité est là pour exprimer notre embarras quand on ne peut expliquer le réel.*

Et enfin, un dernier exemple, tiré du livre *Voler comme un artiste* d'Austin Kleon :

> *« Personne ne naît avec un style et une voix déjà formés. Nous ne savons pas qui nous sommes en naissant. Nous commençons notre apprentissage en imitant nos idoles. Nous apprenons en copiant. C'est d'entraînement qu'il s'agit, non de plagiat. Le plagiaire veut faire passer pour sien le travail de quelqu'un d'autre, tandis que la copie est une forme de rétro-ingénierie : imaginez un mécanicien qui démantèle une voiture pour savoir comment elle fonctionne. »*

Prenez 5 secondes pour fermer les yeux et résumer le concept mentalement.

Voici ma version :

> *Le plagiat consiste à s'attribuer les crédits pour le travail de quelqu'un d'autre, tandis que la copie est de l'ingénierie inversée pour comprendre les facteurs de réussite d'une œuvre. Copier est bon.*

Vous aurez certainement des résumés bien différents, mais le principal dans cet exercice est de réussir à identifier rapidement les concepts importants de chaque extrait. Dans le premier, par exemple, les illustrations de la fin étaient superflues, ne nécessitant pas d'être résumées. Dans le second, il s'agissait d'identifier le lien logique entre la pensée et la complexité. Et enfin, dans le dernier, vous pouviez identifier le principe d'ingénierie inversée en opposition au plagiat. Les trois livres dont sont

tirées ces citations font partie de mon top 10 du moment, alors n'hésitez pas une seule seconde pour les commander et les dévorer.

L'idée avec la prise de notes est donc de repérer les 20 % du contenu qui constituent 80 % du savoir d'un livre, et de réduire ce contenu encore de 80 % pour se retrouver avec les quelques concepts essentiels résumés en moins d'un paragraphe. Attention à l'erreur du débutant, elle consiste à collecter trop d'informations par peur de manquer. Alors je vais remettre une citation du livre *Voler comme un artiste* d'Austin Kleon, ici :

> *« L'artiste est un collectionneur. Attention, je n'ai pas dit un amasseur. Il y a une différence : les amasseurs accumulent tout et n'importe quoi, les artistes choisissent ce qu'ils collectionnent. Ils ne gardent que ce qu'ils aiment vraiment. »*

Si vous n'êtes pas sélectif avec ce que vous prenez en notes, vous allez rencontrer plusieurs problèmes :

1. Vous allez vous sentir submergé par la tâche que représente la prise de notes.
2. Vous allez créer du bruit, qui va masquer le signal et vous empêcher d'accéder à la connaissance.

En effet, il y a des concepts que vous connaissez de manière intrinsèque, que vous avez intégrés à votre palette de compétences, et que vous avez désormais à disposition pour réfléchir. Ces concepts précis n'ont pas besoin de se trouver dans votre usine à connaissances. Ce que vous devrez y trouver sont des idées nouvelles : soyez à l'écoute des déclics qui se produisent lorsque vous lisez un livre.

La technique

Parlons désormais de la technique de la prise de notes. Vous avez déjà trois outils dans votre système : un de capture des idées, un de gestion des références, et enfin une liste de lecture. Il vous faut désormais des processus pour capturer les contenus intéressants d'un livre, d'un article, d'une vidéo, ou encore d'un podcast. En effet, il est difficilement envisageable d'avoir un logiciel unique pour ces usages multiples. Nous n'allons pas sortir notre ordinateur à chaque fois que nous voulons prendre

des notes sur un podcast ou une vidéo. Les divers outils qui permettent d'enrichir ces processus évoluent sans cesse, c'est pourquoi je vous invite à consulter la liste de ces logiciels tenue à jour sur : livre.atomicthinking.fr

D'une manière pratique, je vous propose de lister les processus que vous devrez mettre en place et les caractéristiques importantes de ces systèmes.

La prise de notes sur des podcasts : avoir une application qui vous permet de sauvegarder un extrait des 30 dernières secondes ou de mettre un signet. Et avoir une application de dictée vocale rapide si une idée vous vient.

Au moment de l'écriture de ce livre, l'application Momento pour les podcasts possède cette fonction et l'application Google Keep est assez performante pour capturer rapidement des pensées à la volée.

La prise de notes sur des livres : vous pouvez acheter un Kindle (je vous recommande sans hésiter le Kindle Oasis), puis récupérer vos notes et surlignages sur Internet. Pour les livres papier, la meilleure solution est la suivante : à chaque fois que vous venez de terminer un chapitre, fermez les yeux pour essayer de réexpliquer les concepts que vous venez de lire. Une fois cet exercice fait, vous pouvez noter les concepts importants sur votre téléphone, ou même les dicter pour aller plus rapidement.

Pour récupérer vos surlignages Kindle, rendez-vous sur https://read.amazon.com/notebook et utilisez l'outil bookcision.

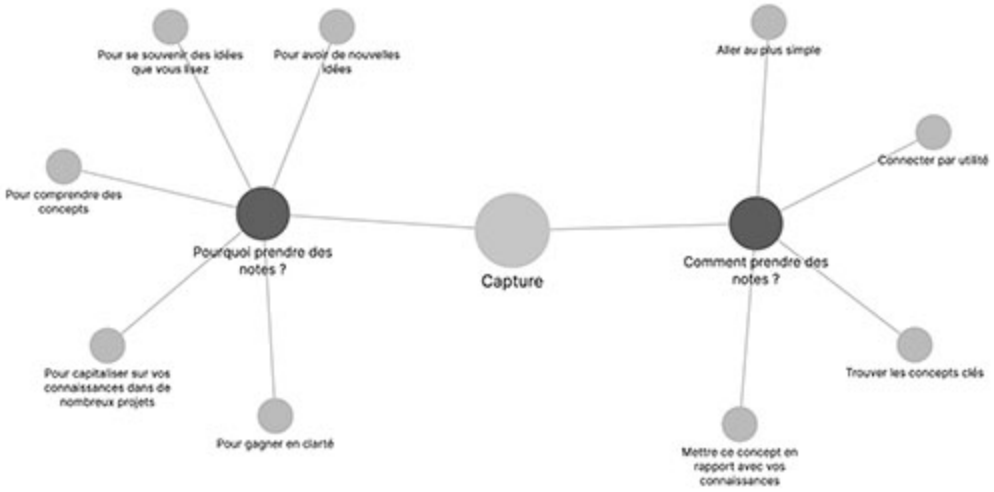
La prise de notes sur articles ou vidéos : l'idéal est d'avoir une extension de navigateur qui vous permet de faire apparaître un pop-up pour prendre des notes pour tous les contenus que vous consommez sur Internet, ceci afin de ne pas avoir deux fenêtres ouvertes sur votre écran. Et si vous êtes sur mobile, utilisez la même technique que pour les livres papier.

Vous pouvez utiliser l'extension de navigateur eloquent.works pour cet usage.

Pour les articles, j'utilise et recommande chaudement l'application Instapaper qui vous permet de capturer les articles que vous voulez lire

dans une liste de lecture, mais également de lire et surligner les articles dans une interface minimaliste et bien pensée.

Voici un résumé graphique des concepts que nous avons vus dans cette partie dédiée à la capture :



Tous ces processus sont évidemment des protocoles pour faciliter la capture au moment de la consommation des contenus, et les notes prises durant cette phase seront bien entendu transférées vers votre usine à idées. Viendra ensuite la phase de déconstruction de vos connaissances pour les assembler dans de nouveaux contenus. C'est d'ailleurs l'objet de la partie suivante de ce livre, qui est consacrée à la gestion, au tri, et à la déconstruction de vos notes.

1. Richard P. Feynman, Ralph Leighton, et Albert R. Hibbs, *Surely You're Joking, Mr. Feynman!*, éd. par Edward Hutchings, W. W. Norton & Company, 1997; Ronnel Ian A. Ambion *et al*., « The Utilization of the Feynman Technique in Paired Team Teaching Towards Enhancing Grade 10 ANHS Students' Academic Achievement in Science », in *2020 IEEE Integrated STEM Education Conference (ISEC)*, 2020, 1-3, https://doi.org/10.1109/ISEC49744.2020.9397848.

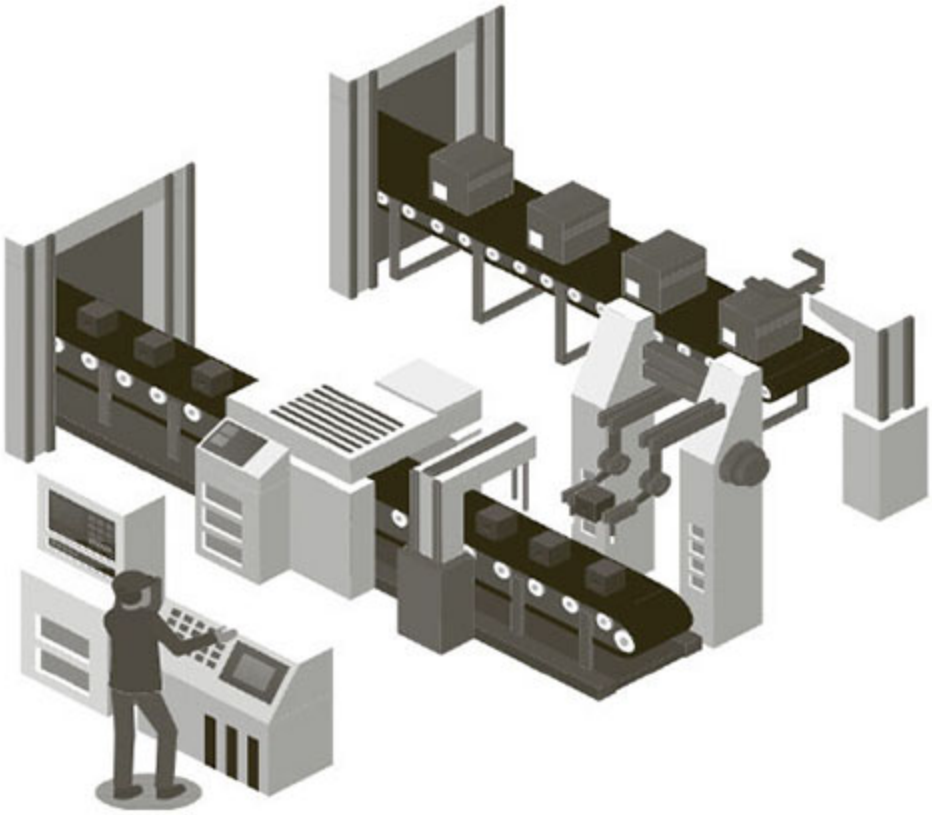
Étape 3

LA DÉCONSTRUCTION

3. DÉCONSTRUCTION

Cette troisième étape représente l'ouverture des cartons et la division de leur contenu.

Grâce à cette étape, vous ne travaillerez plus avec des notes de contenus, mais avec des briques atomiques, qui peuvent facilement se réassembler en de nouveaux contenus.



Nous entrons dans la phase principale du processus, dans notre usine à connaissances. Dans cette dernière, nous allons apprendre à jouer avec la connaissance pour remodeler les informations que nous avons importées grâce aux phases précédentes du processus. Mais qu'allons-nous concrètement faire dans cette étape ?

Nous allons prendre les notes brutes que nous avons réalisées lors du stade précédent, et nous allons les déconstruire. Autrement dit, nous allons donner à chaque concept, actuellement compris dans une note globale sur le contenu, son propre contenant. Ainsi, le concept pourra être assemblé avec d'autres concepts indépendants dans un nouveau contenu. Nous avons vu cela dans la présentation du système avec l'image de la digestion. Dans cette phase, nous allons donc digérer les contenus que nous avons consommés pour les transformer et les rassembler sous une autre forme. Nous ferons un exercice un peu plus loin pour mieux illustrer ce concept. Commençons avec la présentation du système.

Comme nous l'avons dit dans la première partie de ce livre, tout bon système doit rester simple pour permettre à la complexité d'émerger au niveau du contenu. Notre usine à idées va donc être, pour sa majeure partie, dénuée de structure, et régie par de grands principes. Les trois principes principaux sont les suivants :

- l'atomicité des pensées ;
- la portabilité des connaissances ;
- l'autosuffisance des notes.

Commençons par l'atomicité des pensées. Nous allons promouvoir l'atomicité des pensées, plutôt que la catégorisation et la compartimentation des connaissances. C'est sur ce premier terme que nous allons nous attarder, et pour l'expliquer, je vais m'inspirer de l'exemple de notre cerveau. Les idées viennent naturellement par association[1]. Quand on est dans la rue, face à un bandit, différents chemins mentaux s'offrent à nous :

1. Lever jambe gauche, jambe droite et déguerpir.

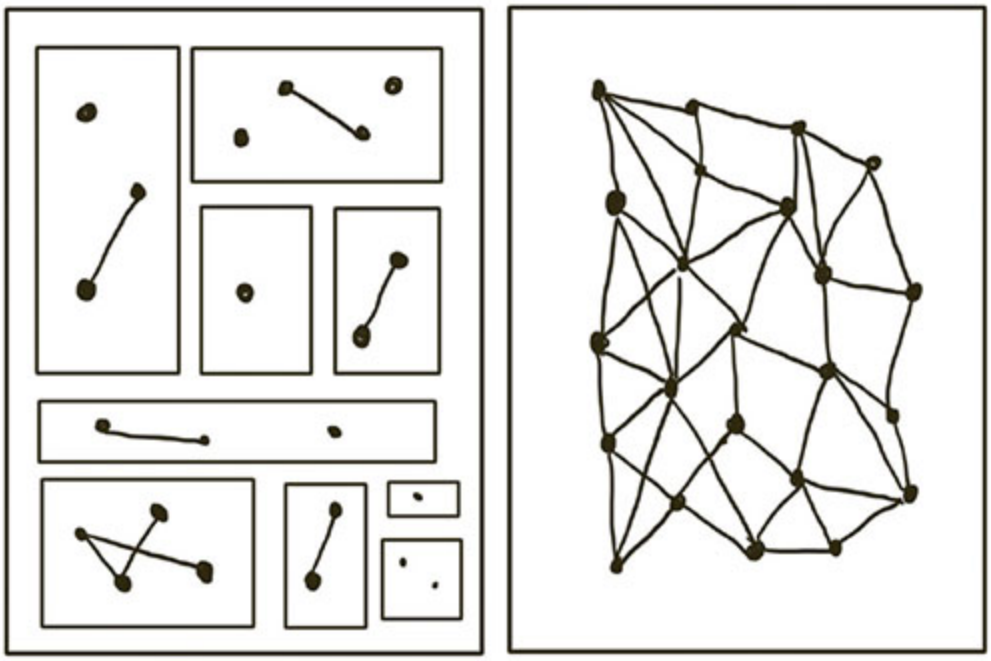
2. Plier les jambes, se coucher et se mettre en PLS.
3. Lever le bras droit, fermer poing, et frapper (puis probablement mourir dans mon cas…).

Nous allons ensuite très rapidement analyser le meilleur chemin à emprunter pour maximiser nos chances de survie. Dans mon cas, ce serait certainement le premier. En effet, je tiens trop à mon dos pour choisir la deuxième option, et l'état préoccupant de la non-croissance de mon biceps m'indique que je ferais mieux de rester calme. Ainsi, je vais privilégier la première option.

Mais l'objet de cette démonstration est de vous montrer la manière dont votre cerveau fonctionne, par associations, et par sélection de l'association la plus pertinente en fonction du contexte. Notre système doit nous permettre de reproduire naturellement ce processus dans un logiciel. Il ne doit pas y avoir de frontière entre la manière dont on pense et la manière dont notre logiciel fonctionne. Si on doit apprendre à s'adapter à un outil, ce n'est plus un outil, c'est une contrainte. Partant de ces explications, donnons une définition à l'atomicité des pensées, le premier principe qui régit le système.

Chaque idée est par nature atomique. Autrement dit, elle est connectée avec d'autres idées et elle s'imbrique dans de nombreuses suites logiques. On diverge et converge naturellement, et il faut une structure flexible pour accompagner cette atomicité.

Les liens mentaux ne sont pas catégorisés. Autrement dit, si vous pensez à un virus, votre cerveau ne fera pas exclusivement des liens avec d'autres concepts en biologie, mais bien avec des concepts divers et variés, parlant de cuisine, de fleurs ou encore de jeux vidéo. Alors, pourquoi avons-nous cette envie quasi obsessionnelle de catégoriser nos idées par thèmes ? Si nous catégorisons nos idées dans notre logiciel de prise de notes, alors nous ajoutons une contrainte à notre pensée. Nous ajoutons une barrière entre la connexion de deux concepts, qui pourraient paraître opposés, mais qui pourraient former une nouvelle idée. Ainsi, il faut que toutes vos connaissances soient rangées au même niveau, sans catégorisation, ou barrière, entre elles. Il faut que la connexion soit fluide et sans friction. Voici un schéma qui sera certainement plus parlant qu'un beau discours :



Un système trop structuré empêche l'émergence naturelle de liens.

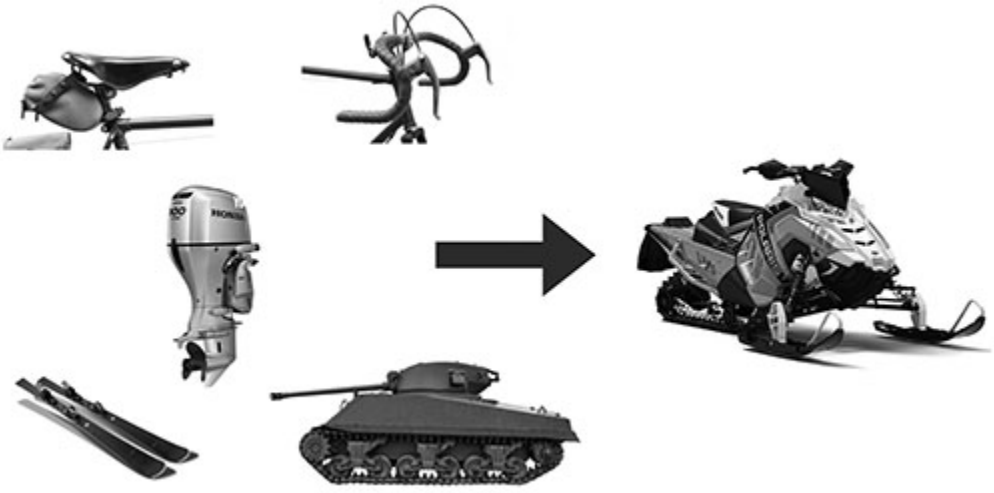
Comme vous pouvez le voir, les idées, quand elles sont cloisonnées, n'ont pas la possibilité de se connecter entre elles ; or c'est grâce à ces connexions que peuvent se former de nouvelles idées.

LA FORMATION DES IDÉES

En science et dans le monde académique, le principe qui règne aujourd'hui est celui de disjonction. C'est le fait de découper le réel en des domaines distincts et de faire des recherches dans chacune de ces branches de manière indépendante. Le principe de disjonction a isolé radicalement les uns des autres les trois grands champs de la connaissance scientifique : la physique, la biologie et la science de l'homme[2]. Parallèlement à ce processus d'hyperspécialisation et de séparation des domaines de recherche, observons la manière dont les idées se forment. Les idées se forment par association de deux éléments connus que l'on assemble d'une manière innovante. Par exemple, la personne qui a inventé le roller connaissait le principe de roue et celui de chaussure, et a eu l'idée d'assembler les deux. Nous allons faire un petit exercice. Essayez dans un premier temps de trouver une nouvelle idée en regardant ces éléments :

Trois objets non déconstruits à associer.

Essayons maintenant de déconstruire ces éléments pour trouver les principes de base qui les constituent, et faire le même exercice avec ces nouveaux éléments.



Concepts à associer, les connexions viennent plus facilement.

Comme vous pouvez le voir, les idées émergent beaucoup plus facilement, et on peut repérer par exemple une motoneige. C'est le principe de déconstruction dont nous avons parlé dans l'introduction de ce livre. Plus les concepts à notre disposition sont variés, plus on pourra faire des associations originales et avoir des idées intéressantes. Ainsi, cloisonner ses connaissances dans des dossiers et s'hyperspécialiser dans un domaine en particulier est la meilleure façon de limiter l'émergence de nouvelles

idées. Si vous voulez en avoir, vous devez développer des connaissances en T. L'expert d'un sujet en particulier a une compétence en I. Une compétence très profonde dans un domaine, mais très spécifique. Cette personne limite sa vision du monde. En revanche, une personne curieuse, tout autant investie dans son travail, mais ouverte, développera naturellement des connaissances en T. Des compétences à la fois profondes et variées. C'est la condition idéale pour voir de nouvelles idées émerger. À cet effet, rappelez-vous, suivre votre envie, votre ***flow*** pour choisir le prochain livre que vous allez dévorer est la meilleure manière de développer cet état d'esprit.

En montrant que les informations doivent être divisées en principes puis mises en parallèle pour créer de nouvelles idées, nous pouvons affirmer qu'un système qui catégorise les idées par thèmes est bon à jeter à la poubelle. Finalement, un système de prise de notes prenant en compte l'atomicité des pensées a les caractéristiques suivantes :

- toutes les notes sont au même niveau, et dans le même dossier ;
- chaque concept a sa note dédiée ;
- la connexion entre les idées est sans friction et encouragée pour faire émerger de nouvelles idées.

Mais alors, comment se débarrasser de cette envie naturelle de tout catégoriser ?

C'est essentiellement grâce à la pratique que cette pulsion disparaît. Je peux toutefois vous donner quelques pistes pour accélérer les choses.

Premièrement, il est bon de rappeler que le cerveau humain fonctionne de cette manière. En effet, des recherches récentes[3] montrent que chaque action que l'on effectue mobilise de nombreux neurones situés dans diverses parties du corps, comme des neurones moteurs dans le genou, ou des neurones situés dans l'aire opposée au lobe normalement assigné à l'action. Ainsi, bien que le cerveau ait des parties avec des neurones plus densément liés entre eux qui accomplissent des fonctions données, il existe toujours des liens avec des neurones dans différentes parties du corps. Cela veut dire que les séparations que nous dessinons entre les lobes sont

purement fictives. Ce sont de vagues groupements sans organisation précise et sans séparation distincte.

Deuxièmement, quand un neurone se crée, la première action qu'il effectue est de se connecter avec d'autres neurones[4]. Ainsi, pour aller chercher une information, nous allons mobiliser un premier point d'entrée, et examiner les chemins accessibles à partir de ce dernier pour trouver l'information que nous cherchions à l'origine. On voit ici que la non-catégorisation et la recherche par connexions et par associations sont notre manière naturelle de penser. Ainsi, essayer de contraindre notre réflexion à un système fonctionnant par catégorisation serait contre-productif. Nous voulons que notre usine à connaissances soit comme une seconde nature.

Mais alors, comment retrouver une note ? En fonction de l'application que vous choisirez d'utiliser, vous aurez plusieurs solutions. La première, qui est aussi la plus commune, est la recherche par le titre ou le contenu de la note. Fonction que nous utilisons d'ailleurs plus souvent que les dossiers dans les logiciels avec des catégories. Mais vous pouvez aussi retrouver une note en naviguant de lien en lien. Par exemple, vous vous souvenez que vous avez lu cette information dans un livre de tel auteur, alors vous vous rendez sur sa page, vous remontez à la page du livre en question, puis vous trouvez la note que vous cherchiez. Vous pouvez aussi retrouver une note par son thème. En effet, nous allons essayer de toujours lier les notes à leur thème principal. C'est ce que nous appellerons les cartes de contenus, les carrefours d'idées.

En guise d'illustration, et pour terminer de vous convaincre de ne plus catégoriser les notes dans des dossiers, voici mon exemple personnel. J'ai plus de deux mille notes dans mon système et je retrouve toujours ce que je cherche en moins de 30 secondes.

Maintenant que nous venons de voir comment se débarrasser de cette envie de tout catégoriser, nous allons voir le système de déconstruction en pratique.

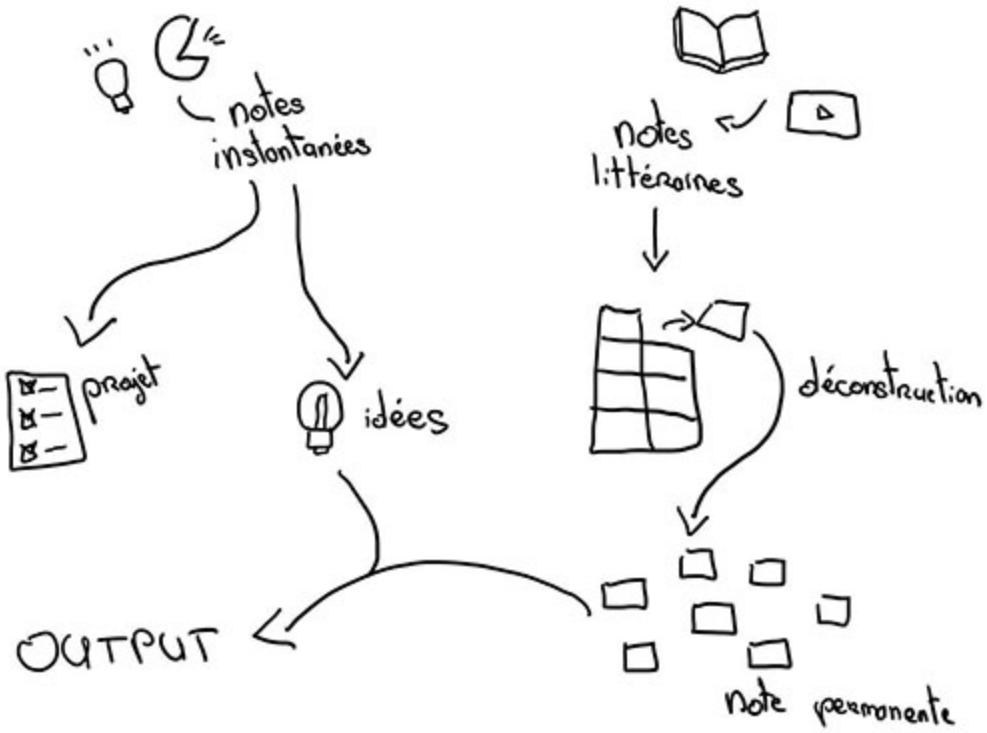
PRÉSENTATION DE ZETTELKASTEN

Maintenant que nous avons vu les principes de la déconstruction et de la cognition humaine, je vais vous présenter la méthode Zettelkasten.

Zettelkasten est une méthode de prise de notes inventée par Nicklas Luhman, un sociologue allemand, au XIX^{e} siècle (d'où le nom étrange qui signifie en fait « boîte à notes »). Nicklas Luhman est un des sociologues les plus reconnus et prolifiques de son siècle. En effet, grâce à son système, il a réussi à écrire plus de soixante-dix livres et quatre cents articles scientifiques. Aujourd'hui, de nombreuses personnes ne lisent pas autant de livres dans leur vie. Pour vous donner une idée, il avait environ quarante mille notes dans son système avant de mourir. Une telle base de notes se construit sur environ vingt-et-un ans au rythme de cinq notes par jour (cadence tout à fait atteignable en lisant un livre par semaine)…

La méthode consiste en fait simplement à déconstruire les contenus que l'on consomme en des notes permanentes, comme nous en avons déjà parlé dans ce livre. Mais la méthode va un petit peu plus loin dans les différents types de notes et les processus du système. C'est ce que nous allons voir maintenant.

Il existe quatre types de notes dans le système (les notes instantanées, les notes littéraires, les notes de projet et les notes permanentes). Parmi ces quatre types de notes, deux sont considérées comme des points d'entrée qui fournissent la matière au système : les notes instantanées, qui sont là pour capturer les pensées et les idées, et les notes littéraires, qui sont des notes brutes sur les contenus que vous consommez. Ces notes ne sont en fait que des points de passage. En effet, les notes littéraires doivent être traitées et divisées en notes permanentes, et les notes instantanées peuvent se concrétiser sous la forme d'un projet, ou bien générer une nouvelle idée, un nouveau lien entre vos connaissances. Les seules notes qui résistent à l'épreuve du temps et prennent de la valeur avec les années sont les notes permanentes. Les notes de projet sont des notes finies dans le temps qui vous permettent de mener à bien un projet ou un contenu. Si je devais schématiser le processus, voici ce à quoi le système ressemblerait :



Représentation graphique des processus de la méthode Zettelkasten.

Les notes instantanées

Les notes instantanées agissent comme une boîte de réception pour les idées qui ne sont pas encore assez abouties pour avoir leur propre note. Je pourrais, par exemple, vous conseiller de tenir une note quotidienne, dans laquelle vous mettez vos réflexions et les bribes d'idées qui pourraient ensuite se transformer en projets ou contenus. Vous pouvez y mettre vos notes de réunion, d'appel spontané, vos idées passagères, les citations qui vous interpellent. En bref, toutes les petites allumettes qui pourraient venir déclencher un feu dans vos idées…

Il faut garder en tête que ces notes ne contiennent en aucun cas une réflexion aboutie, sinon, il faut donner à cette réflexion sa propre note. Ces notes ne sont que des boîtes de réception, et doivent être vidées régulièrement. Ainsi, vous pouvez assigner un temps tous les vendredis soir pour définir les objectifs de la semaine suivante et vider toutes vos boîtes de réception.

Les notes littéraires

Ne vous prenez pas la tête ! Une note littéraire se fait littéralement en lisant avec un stylo à la main. Notez tout ce qu'il vous semble important de retenir de manière synthétique, et couchez les idées et les liens qui vous viennent durant la lecture sur cette même note. Attention toutefois, le mot littéraire a parfois une connotation académique, cependant c'est loin d'être le cas dans une note littéraire. Il ne s'agit pas ici de prendre des notes ligne par ligne à la manière d'une dissertation. Une note littéraire peut prendre toutes les formes : une carte mentale, un ensemble de surlignages, etc.

Vous pouvez aussi vous efforcer de prendre vos notes littéraires en pensant déjà à la déconstruction. Vous essayez en fait de séparer les différents concepts dans votre note en créant des parties délimitées par des titres. De cette manière, la déconstruction de cette note en notes permanentes sera plus facile.

Les notes permanentes

Les notes permanentes sont les notes qui seront, comme leur nom l'indique, toujours valables dans vingt ans. Ce sont des notes intemporelles. Elles contiennent des concepts, du savoir. Vous ne devez pas y inclure des éléments qui sont finis dans le temps, comme des plannings ou des listes de tâches. Leur puissance augmente avec leur nombre et c'est elles que vous assemblez dans vos contenus. Elles répondent à la règle 1 note = 1 concept. Nous verrons plus en détail les caractéristiques d'une bonne note permanente dans le chapitre suivant.

Les notes de projet

Ces notes n'ont rien à faire dans votre usine à connaissances, mais elles sont indispensables à tout projet. Quand je parle de note de projet, je parle des notes qui sont utiles à la réalisation d'un projet spécifique et qui seront donc un jour obsolètes. Il pourra s'agir de la rédaction complète d'un article, de listes de tâches, de plannings hebdomadaires, de notes de réunion, etc. Mais un type de note déroge à cette règle : les plans de

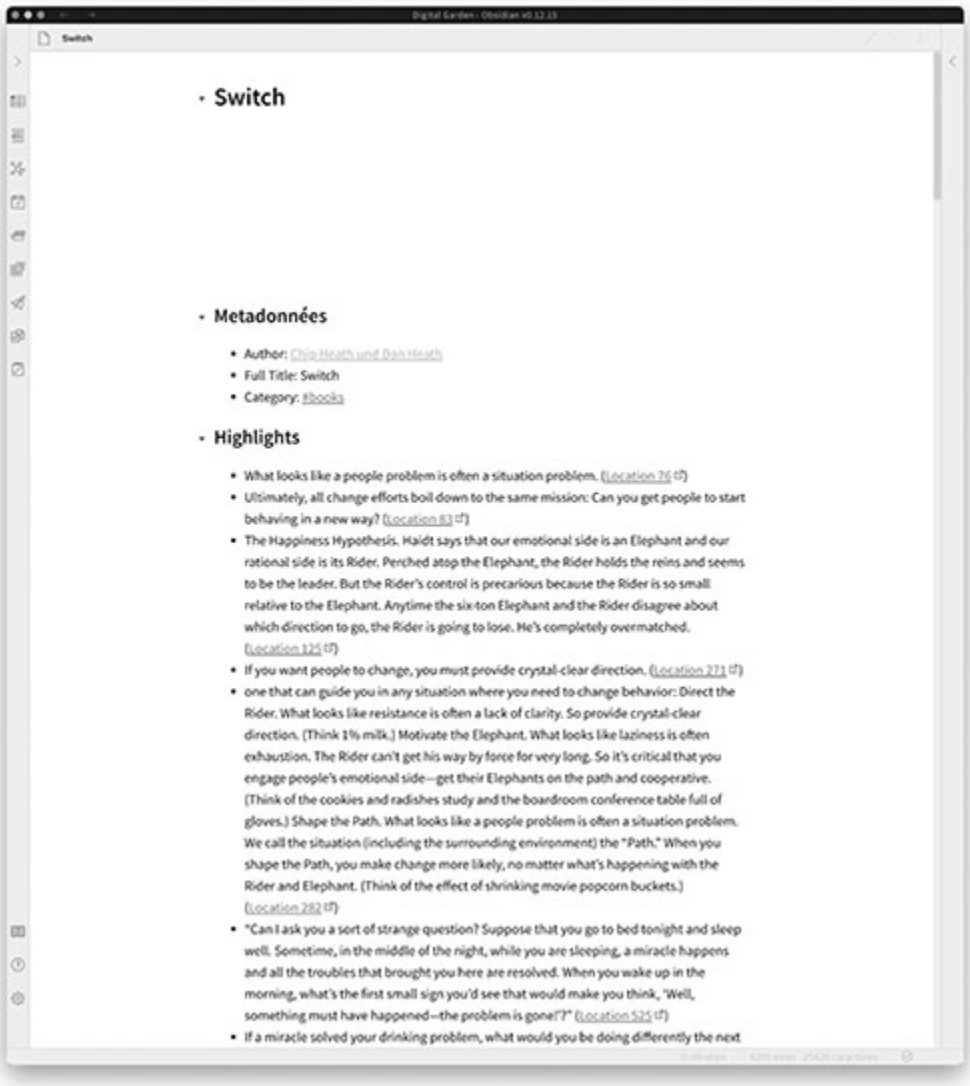
contenus. Un même plan peut nous permettre de créer plusieurs contenus, et peut être réutilisé en partie dans d'autres contenus.

Une fois que le système commence à être rempli avec des connaissances, son rôle commence à devenir évident : mettre en relation de nouvelles idées avec des briques de connaissances pour les réaliser. Pour illustrer ce principe, je vais utiliser l'image d'un virus. En effet, un virus est un morceau d'ARN messager qui va venir s'installer dans une de vos cellules. Cependant, il n'est, en tant que tel, pas dangereux. Il devient dangereux quand il se reproduit. Et pour se reproduire, il ne crée pas de la matière à partir de rien, il utilise votre matériel génétique. Sans cette matière, le virus mourrait. Alors, c'est une chose d'avoir de nombreuses idées, mais si vous n'avez pas les ressources à portée de main pour les réaliser, votre idée, à l'image du virus, meurt.

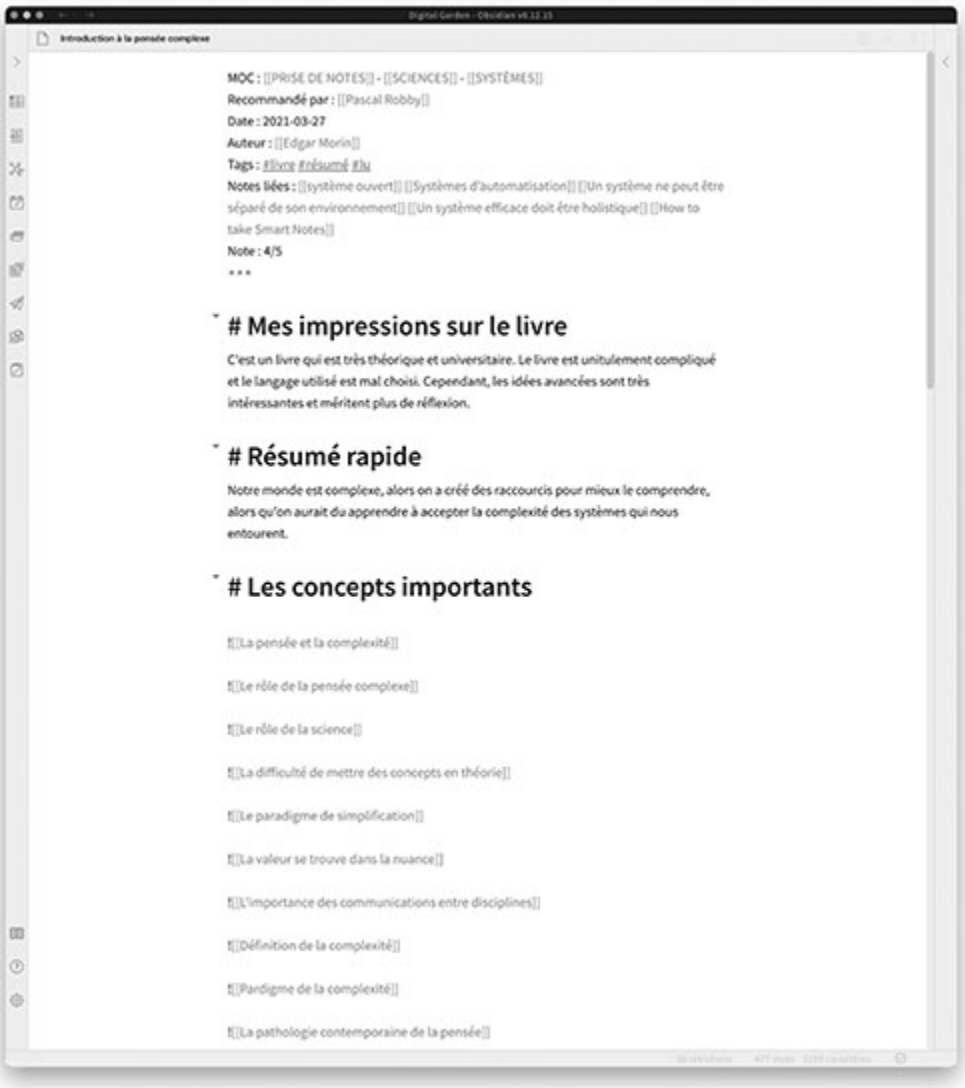
Exercice : Quel type de note ?

Maintenant que vous connaissez la théorie, seriez-vous capable d'identifier le type de ces trois notes ?

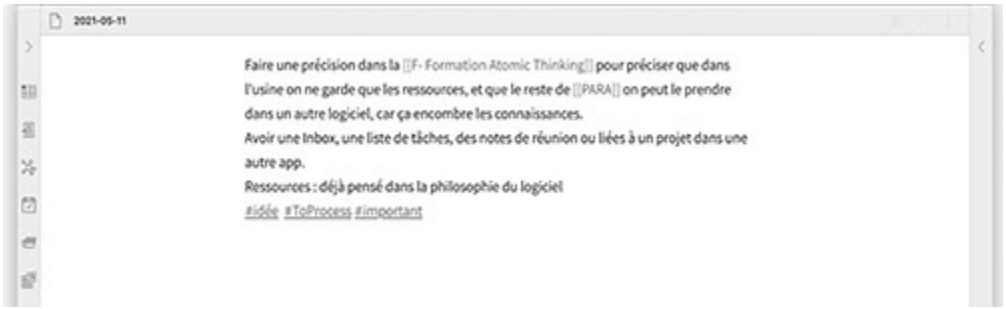
Voici la première note que je vous propose d'analyser. À quel type de note se rapporte-t-elle ? Quels indices permettent de le savoir ?



Il s'agit d'une **note littéraire**. Comment l'identifier ? C'est un contenu brut, des citations prises dans un livre, directement extraites du site Kindle, sans travail particulier. Dans notre processus, cette note va être analysée et déconstruite en concepts pour donner des notes permanentes. Vous pouvez voir ci-après ce à quoi ressemble une note littéraire sur un livre une fois déconstruite. Comme vous pouvez le constater, c'est plutôt un sommaire de notes permanentes.



Voici la note suivante sur notre liste. Je vous laisse réfléchir quelques instants. Est-ce plutôt une note littéraire, avec un contenu brut, une note instantanée, avec des idées en vrac, une note de projet ou bien permanente ?



Il s’agit d’une **note instantanée**, une idée que j’ai capturée à la volée dans ma note du jour. Il faut donc que j’engage une action vis-à-vis de cette note. Par exemple, que je la transforme en note permanente ou en tâche à faire.

La dernière note de ce quiz est la suivante, qu’en pensez-vous ?

C’est bien une **note permanente**. Elle contient un concept et est densément connectée avec d’autres notes. Comme vous pouvez vous en apercevoir, je n’essaye pas d’être particulièrement intelligible dans mes notes, car j’écris pour moi, pas pour me faire comprendre par les autres. La seule chose qu’il faut que vous gardiez en tête quand vous écrivez est votre « vous » dans deux ans : se souviendra-t-il pourquoi vous avez fait tel ou tel lien ?

LES CARACTÉRISTIQUES D’UNE BONNE NOTE

Une bonne note doit être écrite avec vos propres mots. Si vous décidez de conserver une citation d’origine, vous devez prendre le temps de réécrire ce que vous comprenez du concept avec vos propres mots. C’est très important pour s’assurer de la compréhension de la note, et pour

entraîner son esprit de synthèse. Si l'on peut résumer un concept en quelques mots, c'est qu'on l'a compris.

Il faut qu'une note soit courte. Dans le même souci de résumé synthétique des concepts, il faut que l'intégralité de votre note tienne de manière verticale sur votre écran. Si ce n'est pas le cas, raccourcissez. (C'est un cas général, il existe bien entendu des exceptions.)

Il est important de faire l'effort de lire les contenus sans les juger. En effet, comme nous l'avons déjà évoqué précédemment, il faut faire l'effort de comprendre parfaitement les propos de l'auteur avant de donner son opinion sur les idées. C'est pareil dans les notes. Nous devons nous efforcer de comprendre un concept et de réexpliquer ce que nous avons compris de ce dernier dans notre note. Une fois que cela est fait, on peut donner notre avis sur le concept dans la note.

Il faut que la note soit autosuffisante. Autrement dit, elle doit pouvoir être comprise par un enfant de 5 ans, sans aucune autre note. Mais attention, autosuffisante ne veut pas dire indépendante. Une note qui se comprend seule et se suffit à elle-même ne veut pas dire une note qui n'est pas connectée avec d'autres notes. Chaque concept est imbriqué dans de nombreux chemins logiques et dans de nombreux projets.

Lors de la création d'une note, il faut toujours se poser la question : **dans quel contexte aimerais-je retomber sur cette note ?** De cette manière, les idées et les connexions pourront se faire plus facilement. Un simple tri par thème ne permettrait jamais une telle richesse dans les liens. Si on se demande « Sous quel thème vais-je ranger cette note ? », le bénéfice de la prise de notes diminue avec le nombre de notes, car on accède plus difficilement aux notes que l'on cherche. De plus, c'est une étape supplémentaire durant la création de la note. En revanche, un tri utilitaire, en fonction du contexte dans lequel nous aimerions retrouver une note nous conduira à la retrouver et à la relire plus souvent. Ce tri nous force aussi à penser aux liens qui existent entre nos idées.

COMMENT FAIRE DE BONS LIENS DANS VOTRE USINE ?

L'intérêt de diviser ses notes réside dans les connexions que l'on peut faire entre les notes pour générer de nouvelles idées. Ainsi, si après la déconstruction, on ne prend pas 5 minutes pour connecter nos notes, alors le système n'a plus de sens. On isole simplement encore plus nos idées. Alors, comment faire ?

Je vais vous proposer d'ajouter deux sections à votre note : une section références et une section liens.

Dans la section références, vous allez inscrire tous les exemples que vous avez d'un concept. Par exemple, la loi de Pareto peut s'appliquer dans plusieurs domaines de votre vie comme les finances personnelles, votre business, ou encore vos amitiés. Vous pourrez donc inscrire ces liens-là dans la section références. Vous pourrez aussi entendre un créateur de contenu en parler, et donc faire un lien entre vos notes sur ce contenu et la loi de Pareto. Il s'agit en fait de contextualiser les concepts. Le métier de créateur, ou d'entrepreneur innovateur, est d'ailleurs uniquement basé sur le fait de contextualiser les concepts : prendre des principes et les illustrer avec des exemples bien précis de sa thématique, prendre des inventions et les appliquer à un marché pour qu'elles deviennent des innovations[5].

Pour la partie liens, on pourra mettre toutes les idées qui sont similaires ou bien contraires, tous les liens logiques que l'on peut faire entre les idées dans notre usine. Pour vous donner un ordre d'idée du type de lien que vous pouvez faire, voici quelques questions :

- Comment est-ce que cette note explique une note qui est déjà dans mon système ?
- Quelle idée contredit cette idée ?
- Est-ce que cette idée pourrait changer si on changeait la perspective de l'auteur (son origine, son sexe, son milieu social…) ?
- Quelles sont les applications que je vais avoir de ce concept ?

Vous pouvez systématiquement vous poser ces quatre questions pour créer de nouveaux liens et avoir de nouvelles idées. Cela vous fait passer du stade de consommateur au stade d'acteur.

Une étape importante dans le processus de connexion est d'expliquer rapidement pourquoi vous faites un lien. En effet, le chemin logique que vous avez emprunté pour créer ce lien vous paraît peut-être clair sur le moment, mais quand vous relirez vos notes dans dix ans, vous n'aurez peut-être plus la mémoire aussi fraîche et vous apprécierez de savoir pourquoi ce lien est ici avant de cliquer dessus.

APPLICATION ET EXEMPLES

Nous venons de voir la théorie de la prise de notes atomiques, voyons maintenant la mise en pratique de cette dernière. Pour mettre en place ce système, vous aurez besoin d'une application possédant la fonction de liens bidirectionnels. Autrement dit, une application offrant la possibilité de créer un lien vers une autre note et de voir les liens qui pointent vers une note. C'est un lien que l'on peut visualiser dans les deux sens, et non dans un seul comme un lien hypertexte classique. Au moment de l'écriture de ce livre, je recommande et utilise le logiciel Obsidian.md. Il est complètement gratuit et possède une super communauté. Pour apprendre à utiliser ce dernier, je propose une formation gratuite, vous pouvez la retrouver sur le site livre.atomicthinking.fr. Le format utilisé me semble assez pertinent, j'ai la conviction qu'il est plus facile d'apprendre à utiliser un logiciel en vidéo qu'à l'écrit.

Après ces nombreuses pages de théorie, il est temps de passer à la pratique, aussi vais-je maintenant partager avec vous différents exemples de notes pour que vous puissiez concrétiser ce que nous avons vu jusqu'à présent.

Note littéraire

Comme vous pouvez le voir, ce sont simplement des notes prises pendant la lecture d'un livre. Mes impressions, des phrases du texte ou encore d'autres citations sont mélangées sans ordre particulier. C'est vraiment l'équivalent d'écrire un stylo à la main.

Notes permanentes

Voici l'exemple de deux notes permanentes. Comme vous pouvez vous en apercevoir, elles suivent la règle 1 note = 1 concept. Elles sont courtes et avec mes propres mots. Elles sont également connectées avec d'autres notes (chaque souligné est un lien).

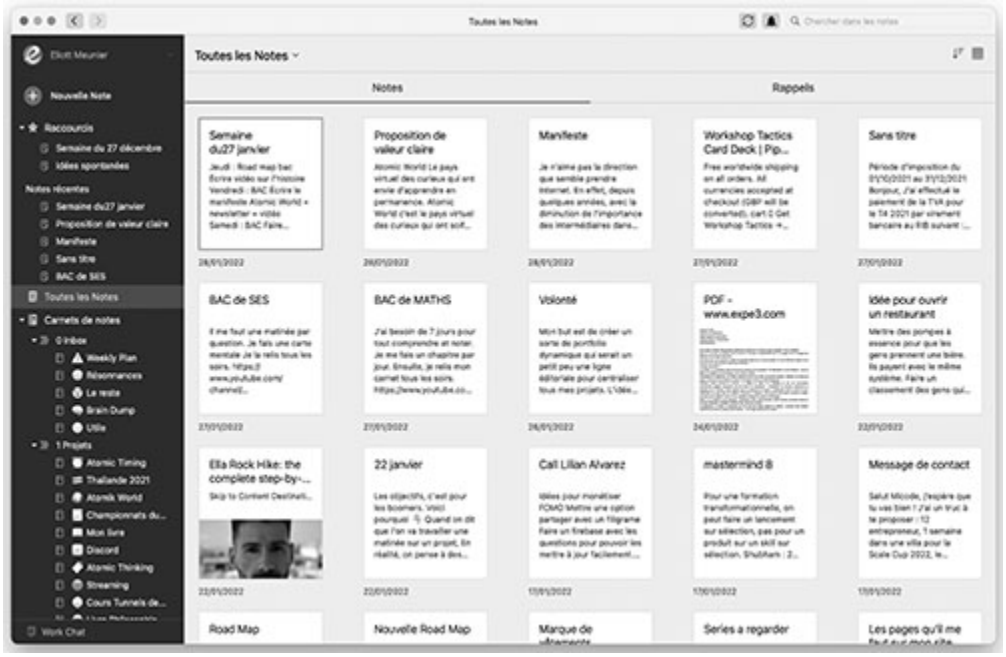
Note spontanée

Ce type de note ne répond à aucune règle. J'essaye d'en écrire au moins une par jour pour faire progresser ma réflexion.

Note de projet

Cette note est un script de vidéo YouTube. Ce sont les seules notes de projet que je conserve dans Obsidian, car elles pourront être réutilisées plus tard, contrairement aux listes de tâches ou informations périssables que je laisse dans mon entrepôt à idées : Evernote.

Voici un exemple de projet dans Evernote :



Toutes mes notes finies dans le temps concernant ce projet sont dans un carnet de notes, ce qui me permet d'y accéder rapidement.

Métadonnées

Vous avez peut-être remarqué une structure étrange et similaire entre mes notes. Ce sont des métadonnées. C'est un ensemble de précisions que je vais apporter à une note. Par exemple sa source, son thème, sa date de création, etc. Elles permettent de donner du contexte à la note. La syntaxe et la forme que prennent ces métadonnées ont peu d'importance, alors ne bloquez pas sur ces dernières.

Auteur : Edgar Morin
MOC : SCIENCES - SYSTÈMES
Source : Introduction à la pensée complexe
Date : 202104151002

Analysons un exemple ensemble.

Comme nous l'indique la première ligne, l'auteur de ce concept est Edgar Morin, qui a sa propre note dans mon système.

La seconde ligne concerne le thème auquel se rapporte la note. J'utilise l'abréviation MOC, signifiant « ***Map Of Content*** » ou carte de contenu pour désigner le thème de la note. En effet, une MOC est un index sur un sujet qui est trié comme vous le souhaitez. Ce sont les carrefours de connexion de vos idées. Voici mon MOC sur la productivité, par exemple :

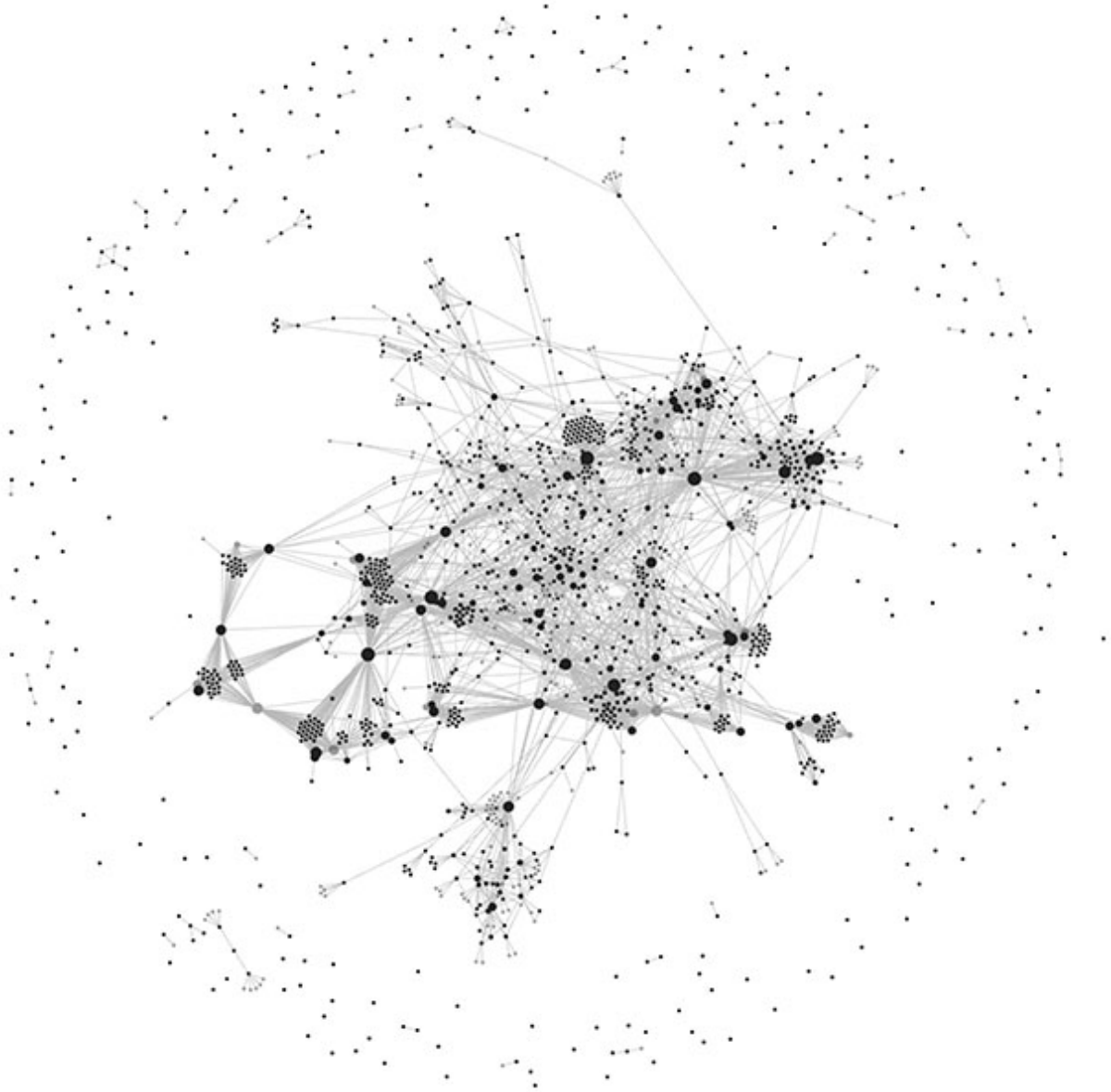
Il ne s'agit pas de faire un index exhaustif, mais simplement une carte des principaux éléments que je connais sur un sujet pour pouvoir m'y retrouver plus facilement. Je l'organise comme je le souhaite.

Mais revenons à nos métadonnées.

La deuxième ligne nous indique donc que cette note appartient au thème « SCIENCES » et « SYSTÈMES ». Le troisième ligne nous indique la source de cette note permanente, en l'occurrence un livre. Et la dernière ligne nous indique la date de création de cette dernière.

Ce que nous venons de voir, c'est la façon dont les principes de la pensée atomique se traduisent dans un logiciel de prise de notes, en l'occurrence ici : Obsidian. Voulant terminer cette section sur une bonne note, j'ai volontairement omis de vous parler jusqu'ici de la fonction principale et la plus sexy d'Obsidian : la vue graphique. En effet, vous pouvez visualiser

les liens bidirectionnels de votre second cerveau de manière graphique, et voici le résultat :



Représentation graphique d'un réseau de notes dans le logiciel Obsidian.md.

Je ne sais pas si vous serez d'accord avec moi, mais je trouve ce type de visualisation assez fascinant. Il s'agit, vous l'aurez deviné, d'une vue de mon propre système qui comporte environ deux mille notes. Je vous engage à explorer les spécificités de ce logiciel plus en détail sur livre.atomicthinking.fr

POURQUOI CETTE MÉTHODE EST-ELLE LA MEILLEURE ?

Pour clore cette partie sur Zettelkasten et les principes qui l'entourent, je vous propose d'analyser rapidement les problèmes des méthodes traditionnelles pour démontrer la pertinence du système que je vous ai proposé à travers ces lignes. Intéressons-nous donc à la méthode de prise de notes scolaire.

La méthode de prise de notes la plus répandue est, sans surprise, celle que l'on nous apprend à l'école. Elle consiste simplement à écrire de manière linéaire les pensées et les observations qui nous viennent sur un contenu et à passer cette note au crible d'un tri thématique. Cette méthode présente trois problèmes majeurs, que vient d'ailleurs corriger la méthode Zettelkasten.

On ne relit jamais les notes que l'on prend

En effet, avec la méthode classique, on trie nos notes en se posant la question : « Quel est le thème de cette note ? Est-ce qu'elle devrait être rangée dans la pile vacances, famille ou bien travail ? » Avec cette méthode, on ne retombe jamais sur les notes que l'on prend et on se retrouve avec un amas de notes inutiles qui perdent en valeur avec le temps (car elles sont de moins en moins pertinentes). Un tri plus efficace serait de se demander : « Dans quel contexte voudrais-je tomber à nouveau sur cette note ? » De cette manière, on trie nos notes par projets et par actions que nous allons entreprendre. Ce sont des notes qui vont nous servir et que nous allons croiser à nouveau.

On ne favorise pas la compréhension

J'ai parlé précédemment de la méthode Feynman, mais cette dernière ne fait pas effet si nous agissons comme de simples transcripteurs. Si notre unique tâche cognitive consiste à écrire ce que nous entendons, nous ne faisons pas d'effort de compréhension et de reformulation. Pour qu'une

prise de notes soit efficace, il faut réécrire ce que l'on comprend avec nos propres mots, en séparant les concepts et de la manière la plus concise possible.

On ne favorise pas l'émergence de nouvelles idées

En ayant un amas de notes non structurées, non travaillées et même souvent périmées, on ne favorise pas l'émergence de nouvelles idées. En effet, un bon système est un système qui nous suggère des concepts que nous avons notés peut-être des années auparavant et qui auraient un rapport avec notre note actuelle, pour faire un nouveau lien et créer une nouvelle idée. Un bon système de créativité est un système qui favorise la sérendipité et, par extension, l'émergence spontanée de nouvelles idées.

Pour résumer

Nous venons de découvrir la manière dont la cognition humaine fonctionne, et les principes que l'on peut apprendre de ce mode de fonctionnement pour construire notre système. Ces derniers sont :

- l'atomicité des pensées ;
- la portabilité des connaissances ;
- l'autosuffisance des notes.

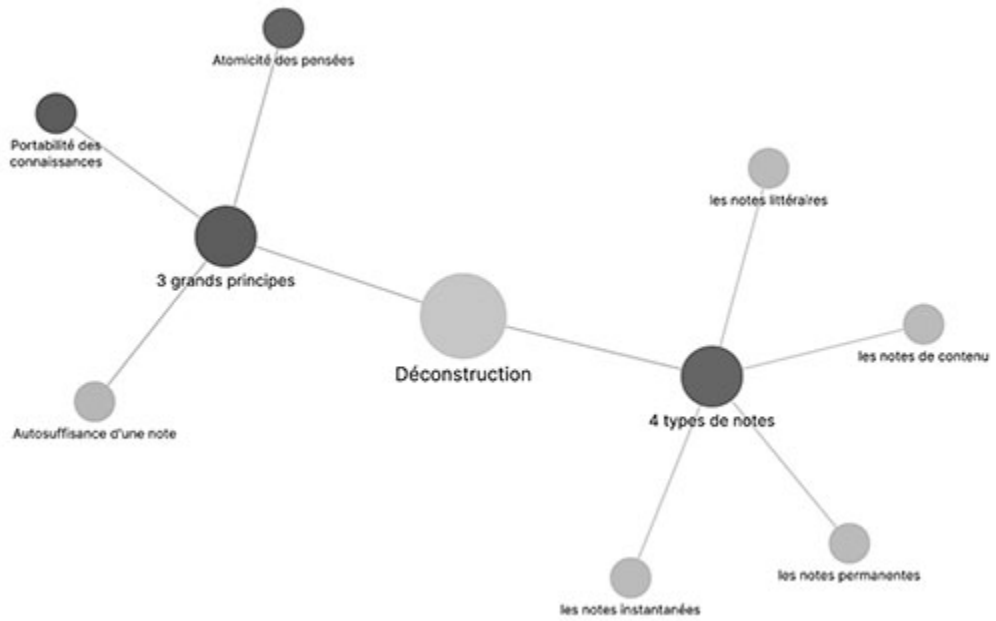
La création fonctionnant par association, la catégorisation par thème est donc un frein à la création. Il faut se débarrasser de cette envie de tout catégoriser.

Nous avons aussi vu la méthode Zettelkasten et ses différents types de notes :

- les notes instantanées ;
- les notes littéraires ;
- les notes permanentes ;
- les notes de contenu (ou de projet).

Pour finir, nous avons regardé en détail les caractéristiques d'une bonne note permanente.

Voici un résumé graphique du chapitre :



Résumé graphique de la phase de déconstruction.

Dans la phase suivante, nous verrons comment délivrer ses connaissances dans une forme qui nous est propre.

1. Albert Rothenberg, « Janusian Process and Scientific Creativity », *Contemporary Psychoanalysis* 19, 1 janvier 1983, https://doi.org/10.1080/00107530.1983.10746594 ; Albert Rothenberg, « The Process of Janusian Thinking in Creativity », *Archives of General Psychiatry* 24, n° 3, 1 mars 1971, https://doi.org/10.1001/archpsyc.1971.01750090001001 ; Albert Rothenberg « The Process of Janusian Thinking in Creativity », Archives of general psychiatric, 1971.

2. Edgar Morin, *Introduction à la pensée complexe*, Points, 2014.

3. Benjamin Zimmerman, « Wheels Are Turning: How Cyclicity Analysis Is Changing the Way I Think About the Brain », *Medium* (blog), 18 juin 2021, https://ben-zimmerman.medium.com/wheels-are-turning-how-cyclicity-analysis-is-changing-the-way-i-think-about-the-brain-ab9ee3980c10.

4. « Brain Basics: The Life and Death of a Neuron | National Institute of Neurological Disorders and Stroke », consulté le 28 octobre 2021, https://www.ninds.nih.gov/Disorders/Patient-Caregiver-Education/Life-and-Death-Neuron.

5. Joseph Schumpeter et Gael Fain, *Théorie de la destruction créatrice* (Payot, 2021).

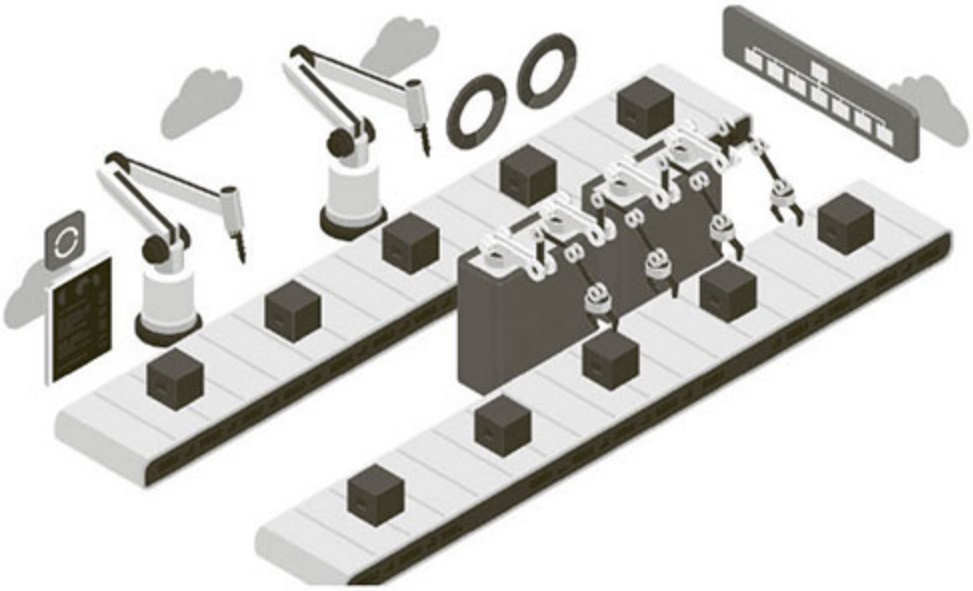
Étape 4

ÉMERGENCE ET CRÉATION

4. ÉMERGENCE

Cette quatrième étape représente l’assemblage de vos matériaux.

Grâce à cette étape, vous allez faire émerger des idées uniques en quelques minutes et vous allez apprendre à créer du contenu et partager vos idées.



Nous entrons dans la phase de création du processus. La phase durant laquelle tous nos concepts vont s'entrechoquer pour donner vie à une nouvelle idée. Cette partie ne va pas intéresser tout le monde, et j'en suis conscient. En effet, la plupart des lecteurs de ce livre ne s'intéresseront qu'à la partie apprentissage et gestion des connaissances au sens premier du terme. C'est pourquoi je vais introduire cette partie du processus en rappelant pourquoi partager nos idées est une bonne idée !

POURQUOI CRÉER DU CONTENU ET PARTAGER NOS IDÉES ?

1. Pour le pouvoir

On entend souvent, et à tort, l'expression « prendre le pouvoir ». J'aimerais vous proposer ma vision sur ce thème qui consiste à dire que l'on ne prend pas le pouvoir, mais qu'on nous le donne. Plus précisément, la question n'est donc pas : « Comment puis-je prendre le pouvoir ? », mais bien « Comment puis-je convaincre les autres de me le donner ? » Ma réponse est assez simple : il faut fédérer une communauté, créer un mouvement autour de vos idées. Cependant, vos idées pourront être géniales, si vous les gardez pour vous, vous ne pourrez jamais prétendre à plus de pouvoir. C'est là qu'intervient la création de contenu. Créer du contenu est l'action la plus puissante que vous puissiez entreprendre pour partager vos idées. Le pouvoir, c'est aussi de la reconnaissance de la part des autres : de vos proches, de vos pairs, et de la société que vous attirez en créant du contenu. Une fois que vous aurez créé cette reconnaissance et bâti votre communauté autour de vos idées, vous pourrez envisager de vous faire mécéner et de vivre de vos idées.

2. Pour la clarté

Les profanes en écriture pensent souvent que les grands auteurs attendent d'avoir des idées parfaitement abouties pour les écrire dans leur manuscrit. Si c'est votre cas, enlevez-vous cette idée de la tête !

On écrit pour comprendre. Le rôle du premier jet est simplement de générer des analogies, des anecdotes, de nouvelles idées. Retenez bien que si nous nous souvenons en particulier des idées de génie que l'on peut lire dans certains livres, ce n'est pas parce que les gens qui ont des idées de génie décident de les partager, mais c'est parce que ces grandes idées viennent en écrivant. Tous les grands penseurs l'ont compris. C'est aussi

pour ça que la majorité d'entre eux tiennent une sorte de journal de bord pour noter leurs observations et se forcent à écrire pour réfléchir.

Vous aurez compris l'importance d'écrire et de créer du contenu si vous voulez faire progresser votre thématique. Décomplexez-vous par rapport à l'écriture, car rares sont les gens qui commencent une rédaction avec les mêmes idées que celles qu'ils ont en la terminant.

3. Pour le capital social

Autrefois, les fréquentations d'une personne se limitaient aux membres de sa ville ; si vous aviez une passion, il n'était pas évident de trouver une personne ou un groupe de personnes la partageant, surtout si vous habitiez dans une petite ville. Aujourd'hui, c'est différent : grâce à la démocratisation et la puissance des réseaux sociaux et d'Internet, vos fréquentations ne sont plus limitées par des barrières géographiques[1]. Je suis moi-même une belle démonstration de ce phénomène. En effet, j'ai rencontré 90 % de mes amis sur Internet et aucun d'entre eux n'habite dans la même ville que moi. Vous n'êtes bien évidemment pas obligé d'être aussi extrême que moi, mais ce que j'essaye de vous dire c'est qu'écrire sur Internet c'est faire des rencontres ! Il est quand même assez fabuleux de pouvoir partager ses passions en ligne pour rencontrer des personnes qui sont intéressées par les mêmes sujets et éventuellement qui vous ressemblent, non ? Créer du contenu sur Internet et se rendre joignable ensuite, c'est comme toquer chaque jour à des milliers de portes de personnes dans votre ville, votre pays et au-delà, pour savoir s'ils acceptent de passer 10 minutes avec vous pour discuter. En bref, pour attirer des personnes qui vous ressemblent, partagez votre passion en ligne.

Les enjeux de la création de contenu

Comme nous l'avons abordé dans l'introduction de ce livre, nous sommes dans une économie de l'attention et une ère des perspectives. Ainsi, pour créer un contenu qui marche, vous devez vous concentrer sur deux points que je vais vous aider à améliorer dans ce chapitre et le suivant. Il s'agit de :

- capter l'attention de votre lecteur ;
- la garder le plus longtemps possible en lui offrant une nouvelle perspective.

Nous venons de voir pourquoi créer du contenu. Mais avant de rentrer dans le cœur du chapitre, j'aimerais démystifier la création.

LA CRÉATION CONCRÈTEMENT

> ***« Quand on se libère du fardeau de l'originalité absolue, on peut cesser de créer quelque chose à partir de rien et accepter de subir des influences au lieu de s'y soustraire. »***
>
> Austin Kleon[2]

Voici une phrase qui nous décharge d'un poids énorme, vous ne croyez pas ? En effet, le métier même d'un créateur de contenu, c'est aussi, et peut-être surtout de nos jours, d'assembler des idées. Alors, décomplexons et acceptons le fait que les idées que nous avançons ne sont pas et ne doivent pas être originales ou innovantes.

> ***« Si vous vous imbibez de l'influence d'Untel, tout le monde verra en vous le prochain Untel. Mais si vous piquez les œuvres de cent personnes, tout le monde vantera votre originalité ! »***
>
> Gary Panter

La manière dont vous allez présenter les idées que vous avancez fera votre originalité. Chacun d'entre nous a une histoire, une pédagogie et une personnalité différentes. C'est dans ce regard, cette voix qui vous sont propres que se trouve votre valeur ajoutée.

Attention, je ne parle pas ici de plagiat, autrement dit de copie pure et dure. Je parle d'assemblage. Le plagiat est à punir, mais l'assemblage EST la création. Nous l'avons vu précédemment dans ce livre, une idée vient toujours par association, et tout le monde s'inspire de ce qui existait avant lui.

Cas pratique

Histoire personnelle : avoir un blog m'a changé la vie !

Créer du contenu est la meilleure idée que j'aie jamais eue. Ça a, en effet, radicalement transformé ma vie. Je me suis découvert une passion pour la rédaction quand j'ai créé mon premier blog sur la danse, quand j'avais 14 ans. Ce blog m'a permis de faire des choses que je n'aurais même pas osé imaginer quand je l'ai lancé. À 15 ans seulement, j'étais invité par tous les théâtres pour faire des critiques de spectacles et interviewer des chorégraphes. J'ai même pu écrire un journal et un livre sur le sujet. Je ne m'étais jamais senti aussi accompli dans ma vie. Ce sentiment d'émerveillement, que mon travail plaise et soit lu chaque jour par des milliers de personnes, ne m'a d'ailleurs jamais quitté. Depuis que j'ai lancé ma chaîne YouTube personnelle, les expériences de ce type n'ont fait que se multiplier. Les créateurs de contenu que j'idolâtrais un an plus tôt sont maintenant mes amis. J'ai également une liberté financière et géographique totale. Les proportions que prennent les choses et la vitesse à laquelle tout m'arrive sont grisantes. J'ai toujours du mal à réaliser que cent mille personnes regardent mes vidéos chaque mois, cinq cent mille sur le temps cumulé… Bref, créer du contenu ne peut être que bénéfique pour vous. Si vous arrivez à construire une audience autour de vos idées, tant mieux, c'est vraiment ce que je vous souhaite. Si vous n'y parvenez pas du premier coup, ni du deuxième coup, alors réessayez ! Et si ça ne marche pas, dites-vous bien que vous aurez un élément singulier de plus sur votre CV, et que vous sortirez grandi de ces expériences. En tous les cas, je vous l'assure, il faut essayer.

LES PIÈGES DE L'AUDIENCE

Si vous avez une audience qui vous connaît, vous reconnaît, vous apprécie et vous fait confiance, alors vous pourriez être tenté de prendre la posture de gourou. Le gourou, vous savez, c'est celui qui pense détenir la vérité absolue et a un regard plus éclairé sur le monde que ses disciples. Bien entendu, il n'y a aucun sens à prétendre détenir la vérité absolue, surtout dans notre cas où ce que nous disons est souvent simplement un assemblage de ce que disent d'autres personnes. Notre travail est en quelque sorte un travail d'intermédiaire. Vous ne pourrez jamais être contesté si votre posture est d'aider sans prétention votre audience. En revanche, vous pourrez être remis en cause, voire même attaqué, si vous prétendez détenir la vérité absolue. En effet, quand on découvrira que ce n'est pas le cas, votre audience tombera de haut, et la chute sera rude.

Si on reprend l'image de l'introduction, avec la montagne, vous devez être un guide, un petit peu devant votre audience sur cette montagne pour lui

donner les meilleurs conseils afin qu'elle ait la meilleure ascension possible. Vous lui indiquez les meilleures pierres sur lesquelles vous avez déjà marché, vous lui donnez une corde pour la tirer, et vous écoutez ses retours.

Le point que nous abordons maintenant est très important. Pour réussir dans son domaine, il faut être un perfectionniste, il n'y a pas de secret. Mais être un perfectionniste ne veut pas dire rester bloqué sur le moindre détail : cela veut dire viser comme but final la perfection et surtout accepter les itérations pour y parvenir. Pour illustrer ce point, je vous propose de regarder l'exemple d'Elon Musk. Pour son entreprise Tesla, il n'a pas peur de dire et d'écrire qu'il vise tout simplement la perfection. En revanche, il se permet de sortir des modèles de voiture imparfaits pour y parvenir. Il sait que son modèle idéal ne pourra être atteint qu'au prix de retards de production, de défauts de fabrication et de coûts exorbitants. Mais vous pourrez vous demander : en quoi sortir plusieurs modèles lui permet-il de s'améliorer ? Grâce au feedback. Par les retours de ses utilisateurs, de ses usines, de ses investisseurs, il prend des avis, collecte des données pour pouvoir ensuite corriger les défauts de la première version sur la deuxième. Je vous invite à agir de la même manière avec vos projets. Procéder par itérations pour finalement trouver votre format idéal. ***La Joconde*** n'a pas été la première œuvre de Léonard de Vinci, et s'il n'avait pas peint avant, le sourire de Mona Lisa aurait été bien différent. On ne naît pas naturellement bon à quelque chose, on le devient en pratiquant. Si vous ne pratiquez pas, que vous ne cherchez pas d'avis sur votre travail, vous pourriez rester bloqué dans la paralysie du perfectionniste. C'est-à-dire celui qui veut faire un travail parfait, mais qui en est empêché par la peur, celle de montrer un travail imparfait. Ainsi est-il préférable de créer une boucle de retours vertueuse qui vous conduira vers votre objectif à long terme : la perfection ; même au prix, à court terme, de travaux imparfaits.

Maintenant que vous vous sentez légitime pour créer des projets et les publier, passons aux choses sérieuses : voyons comment nous pouvons avoir de nouvelles idées et créer à partir du système.

ÉMERGENCE

Fréquemment, nos meilleures idées viennent quand nous n'y pensons pas activement. Elles naissent, par exemple, quand nous parlons d'un sujet avec une personne, cette dernière nous dit une phrase qui nous fait penser à notre projet actuel et cette simple association génère une nouvelle idée.

C'est ce processus, par lequel des idées naissent sans qu'on les cherche vraiment, que nous allons retrouver dans notre usine. À terme, on ne devrait même pas avoir à chercher un sujet pour écrire dessus ni faire des recherches à son propos. En fait, c'est la quantité de notes présentes dans notre système sur nos thèmes de prédilection qui va faire émerger naturellement des sujets. Pour trouver votre prochain sujet d'article, tout ce qu'il vous reste à faire, c'est d'observer les sujets sur lesquels vous avez le plus de matière dans votre usine et de les assembler en un plan cohérent. Cette façon de faire, d'une efficacité redoutable, est bien sûr permise par notre système qui met à notre disposition les connaissances avant même de se lancer dans une quelconque rédaction. Faire l'inverse consisterait à vouloir construire une maison sans avoir de connaissances en maçonnerie, en électricité, en plomberie, etc. Évidemment, cette construction reste possible, mais le chemin risque d'être long. Le système nous met à disposition les connaissances, les compétences pour bâtir notre maison, nous permettant ainsi d'avoir une vue d'ensemble sur le plan, les techniques et les procédés afin de faire moins d'erreurs et nous focaliser sur le processus.

En résumé, tout ce qui vous reste à faire pour œuvrer sur un sujet est de vous former au quotidien sur les thèmes qui vous intéressent, et au moment de faire votre choix, de regarder ceux sur lesquels vous estimez avoir assez de notes dans votre usine pour écrire un article ou un livre. Le défi est ensuite de passer d'une pensée atomique à une pensée linéaire.

Cette méthode est la même pour un chef de projet devant faire un rapport d'avancement. Il a simplement à regarder les notes qu'il a récemment prises sur le projet et à les mettre en forme dans un plan cohérent. Il en va de même pour une personnalité politique qui voudrait créer son

programme : elle aurait simplement à regarder parmi ses notes celles qui sont les plus pertinentes.

D’atomique à linéaire

Dans les chapitres précédents, nous avons vu comment déconstruire toutes nos connaissances en notes permanentes et comment les transformer en une pensée atomique en les connectant. Voyons maintenant comment vous pouvez passer de cette pensée atomique à une pensée linéaire pour pouvoir exporter vos idées à partir de votre système.

Dans votre usine, les notes sont comme des neurones. Ils sont densément connectés, et ils peuvent communiquer avec d’autres neurones via plusieurs chemins. En fonction de la situation vécue, ils choisissent d’activer ou d’inhiber certaines connexions. L’écriture dans notre usine fonctionne de la même manière : vous avez votre thème et vous vous retrouvez donc avec des dizaines de notes sur le sujet, densément connectées entre elles. L’idée va maintenant être d’explorer ces différentes notes et de regarder les liens qui existent entre elles. Vous allez alors choisir de suivre certains liens et d’ignorer d’autres associations en fonction du contexte. Par exemple, si vous parlez de la permaculture pour l’écologie, le lien entre la note permaculture et celle sur l’érosion des sols vous paraîtra évidente, tandis que si vous écrivez un article « Comment jardiner rapidement chez soi », vous allez ignorer cette connexion. Il s’agit donc de choisir le meilleur chemin dans votre réseau de notes pour écrire votre article. Vous passez ainsi d’une pensée atomique, en réseau, à une pensée linéaire, avec un ordre précis et un plan défini.

La première étape de la création consiste donc à choisir les concepts que l’on veut mettre dans notre contenu et à les ordonner rapidement. Attention toutefois : il ne faut pas essayer d’avoir un plan parfait dès le début, car vous ne pouvez pas prévoir l’ordre exact des concepts dans votre article ou votre livre avant de l’écrire. En effet, c’est en écrivant que vous pourrez vous rendre compte que vous avez besoin d’expliquer un concept à cet endroit plutôt qu’à l’endroit que vous aviez initialement prévu. Par exemple, j’avais prévu de vous parler de la structure souple

dans la troisème étape du livre, mais durant l'écriture, je me suis rendu compte qu'il était plus approprié d'en parler ici, dans l'étape 4.

Je vous invite donc à créer une liste de concepts ordonnés dans un ordre plus ou moins logique pour commencer. Vous pouvez ensuite commencer à trier ces concepts dans de grandes parties, et à donner un ordre rapide aux notes à l'intérieur de ces grandes parties. Ce que vous venez de faire à ce stade est ce que l'on appelle un « plan de contenu ». Ce sont des carrefours de connexions dans votre usine, et vous devez les conserver, car un plan de contenu peut produire plusieurs contenus. En effet, le plan de ce livre pourrait me servir à produire une centaine de vidéos YouTube, d'articles de blogs, ou encore une formation. Je pourrais aussi prendre une partie de la structure que j'ai donnée à mes concepts pour la réutiliser dans un autre livre dans le futur. Par exemple, j'ai utilisé des plans de vidéos YouTube pour construire ce livre. Sans fournir plus de travail, j'ai capitalisé sur ce que j'avais déjà fait. Les plans de contenus sont des parties précieuses de vos notes : ils créent du lien entre vos idées.

Une précision sur la structure de vos contenus

On a souvent tendance, quand on débute, à reproduire ce que l'on a toujours vu ailleurs. Et pour la structure de nos contenus, ce sont les chapitres, les modules, les parties de cours très clairement délimitées. Cependant, ces modules, en donnant aux élèves des cours déjà formatés, ne leur laissent pas la possibilité de faire des connexions et de s'attaquer au cœur du contenu pour le comprendre par eux-mêmes profondément.

Attention, je ne dis pas là qu'il faut simplement donner du contenu en vrac à son audience. Je dis simplement que si l'élève n'a pas de travail à fournir pour créer une structure dans un désordre contrôlé, il apprendra moins bien, car il ne créera pas sa propre structure pour accrocher ses nouvelles connaissances. C'est aussi pour cela que l'on entend souvent le conseil « Lisez rapidement un livre en feuilletant les pages pour que, quand vous le lirez en détail, vous puissiez voir à quel endroit du processus se rattache ce concept ». On constate que les personnes lisant une première fois le livre pour créer une première structure du sujet ont tendance à mieux retenir l'information ensuite[3].

Ainsi, vous gagneriez (et vos lecteurs aussi) à présenter au début de votre livre le système global de celui-ci, une structure simple dans laquelle les chapitres peuvent s'imbriquer. Dans ce livre, ce sont par exemple les grandes parties de la gestion des connaissances présentées comme une chaîne de production. Chaque concept que j'avais noté dans ma liste de départ a été inclus dans une de ces six grandes parties. C'est ce genre de structure que je vous propose d'utiliser dans la majorité des cas. Un modèle qui offre une structure simple, dans laquelle vont venir se greffer des concepts. Les cours qui sont simplement divisés en modules et chapitres par thématique, ou par date, ne servent à rien. J'aurais pu, dans ce livre, vous donner d'abord tous mes conseils sur le style puis tous ceux sur la lecture, etc. Mais au lieu de faire cela, j'ai choisi de trier mes conseils par usage, par la fonction qu'ils auront dans un système global. Nous reparlerons à la fin de cette étape des éléments que vous pouvez donner à votre lecteur pour qu'il intègre mieux les concepts que vous avancez.

Nous avons donc notre plan de contenu, nous pouvons désormais passer à la rédaction de ce dernier.

Vous savez désormais que vous allez avoir des grappes de notes sur certains sujets, sujets sur lesquels vous pourrez donc créer des contenus facilement. C'est une bonne première étape. Mais une fois que l'on a choisi son thème général, comment choisit-on le sujet précis d'un article, et comment s'y prendre une fois qu'on l'a choisi ?

COMMENT TROUVER DES IDÉES ?

Pour générer des idées de contenus de manière illimitée dans votre usine, vous n'avez qu'à ajouter une ligne dans chacune de vos notes. Cette ligne concerne le projet auquel cette note se rapporte. Par exemple, si j'ajoute une note sur la permaculture dans mon usine, je m'efforcerai de lier cette note à un potentiel futur livre que je ferai sur la permaculture. Ou si je prends des notes sur la création de contenu, je m'efforcerai de créer ou d'identifier une vidéo sur ce thème. La plupart de ces projets ne verront pas le jour, et ce n'est pas grave. Mais si un jour, j'ai bel et bien envie de

créer une vidéo sur la création de contenu, j'aurai déjà de nombreuses notes connectées à ce projet, et je n'aurai plus qu'à les organiser comme je le souhaite. Ainsi, cette micro-étape qui consiste, pour chaque nouvelle note, à réfléchir à un contenu que vous pourriez créer sur ce concept vous permet de ne jamais être à court d'idées. Par exemple, si vous vous lancez dans l'écriture d'un livre, un projet long et conséquent, quand vous arriverez au moment d'en élaborer le plan, vous n'aurez plus qu'à faire du tri parmi toutes les notes liées à ce livre. On pourrait comparer ce mode d'écriture à la marche rapide. En effet, vous arrivez à votre objectif plus lentement qu'avec un sprint, mais vous n'êtes pas exténué en arrivant, et votre parcours aura souvent été plus riche qu'en courant. Vous aurez eu l'occasion de rencontrer des personnes et de regarder la vue (notamment lors de vos prises de notes). Vous en faites autant, mais dans un laps de temps plus long, et en y dédiant seulement quelques minutes par jour. Ainsi, vous n'avez pas l'impression d'un immense effort (que représente un sprint) : vous parcourez la même distance, en appréciant plus le chemin.

Pour résumer, avec votre nouveau système, vous allez avoir la possibilité de travailler sur plusieurs projets en même temps. Tous ces nouveaux contenus seront alimentés par l'ensemble des nouvelles notes que vous allez créer au fil du temps dans votre usine. La tâche finale d'écriture ne sera donc plus qu'un assemblage. Pour favoriser l'émergence de ces idées, vous allez vous efforcer, pour chaque nouvelle note, de penser à un ou des contenu(s) que vous pourriez créer autour de cette nouvelle note (création systématique d'un lien « note-futur contenu »).

Cas pratique

Histoire personnelle : une fois lancée, la machine continue sur sa lancée

En guise d'exemple, je voudrais vous parler de ma chaîne YouTube. J'ai commencé avec une approche très pragmatique et stratégique. Au départ, j'ai analysé le marché et les mots-clés pertinents à cibler sur Google. J'ai, grâce à cette recherche, obtenu mes dix premières idées de vidéos. À partir de cette première étape, les idées se sont naturellement enchaînées. En effet, plus on crée, plus on a d'idées, plus on a d'idées, plus on est incité à créer. L'efficience de ce processus fait que je dispose aujourd'hui d'une liste de plus de deux cents idées de vidéos à réaliser.

Techniques complémentaires

Même si je suis persuadé que vous ne serez jamais à court d'idées grâce à votre système, je vais quand même partager avec vous quelques techniques que j'utilise parfois pour générer de nouvelles idées rapidement.

Les sessions de vol

Rendez-vous sur Twitter, Facebook ou encore Médium et commencez à descendre votre fil en quête d'inspiration. À chaque fois que vous rencontrez une idée qui résonne en vous, notez-la sur un bloc-notes. Une petite précision cependant : en fonction des personnes que vous suivez, cet exercice peut s'avérer très productif et prolifique, ou bien complètement inutile (si vous suivez les influenceurs à la mode, vous risquez de revenir bredouille). Pour ma part, je trouve en général une dizaine d'idées de vidéos quand je fais cet exercice, que j'ajoute à la déjà longue liste de mes sujets.

Et pour toute personne pensant que cet exercice pourrait être qualifié de plagiat, revoyons ensemble sa définition.

> ***« Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur (…) est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. »***

Durant notre quête de sujets, nous cherchons simplement des thèmes sur lesquels nous pourrions poser notre regard. Nous ne prenons pas de bouts d'articles pour les réécrire avec notre style dans nos contenus. Ainsi, cet exercice ne peut pas être qualifié de plagiat. Un problème existe toutefois avec ce dernier, car si nous suivons d'autres créateurs dans notre thématique pour nous inspirer de leurs sujets, nous nous retrouvons à traiter des mêmes sujets que tout le monde, et nous avons du mal à nous démarquer.

Le tremplin initial

Si vous ne faites que commencer et que vous n'avez pas encore de notes dans votre système, alors vous pouvez allouer 30 minutes de votre journée à faire cet exercice. Il vous permettra en effet de générer une liste d'environ une centaine de sujets sur vos centres d'intérêt. Voici le protocole :

1. Trouvez les thèmes sur lesquels vous souhaitez écrire.
2. Faite-en une liste.
3. Prenez une minute par thème et écrivez tous les sujets d'articles qui vous passent par la tête.

Un problème que cette méthode pourrait soulever, auquel se heurtent souvent les personnes qui se lancent dans la création de contenu, est le suivant : « Je ne suis pas assez spécifique, j'ai envie de parler de tout ce qui m'intéresse et je n'arrive pas à trouver ma niche. » Mais pourquoi trouver une niche ?

Il ne faut pas confondre création de contenu et création de produit. En effet, un produit qui ne s'adresse pas à une cible particulière pour résoudre un de ses problèmes ne fonctionnera pas. En revanche, vous pouvez créer une communauté sur Internet sans vous restreindre à un thème en particulier. Dans ce cas, votre valeur ajoutée dans la création de contenu sera votre personnalité, votre manière de voir et de présenter les choses. Ce sont ces éléments-là qui vont vous différencier de la concurrence. Si vous voulez vraiment trouver une raison d'être à votre création de contenu, alors concentrez-vous sur votre positionnement. Par exemple, je crée une chaîne YouTube car je pense que la plupart des créateurs parlent de sujets de manière trop ciblée ou trop superficielle, et j'ai envie d'apporter une approche plus globale sur les sujets d'actualité. Ainsi je ne me limite pas sur les sujets à aborder, mais par contre, je prends une position, une stature, en me plaçant en opposition par rapport à certains créateurs qui ne font qu'effleurer les sujets dans des vidéos divertissantes.

VÉRIFIER SES SUJETS

Maintenant que vous avez votre liste de sujets (qui deviendra très vite infinie), une étape primordiale, mais souvent négligée, est de valider le potentiel d'un sujet. En effet, parmi toutes vos idées, seule une fraction mérite d'être réalisée.

Un bon sujet doit être composé de trois parties

Pour valider le potentiel d'un sujet d'article, vous devez pouvoir lui trouver : un objectif, des points d'appui, et enfin un résultat désiré pour votre lecteur.

Objectif

Commençons par définir l'objectif désiré de votre contenu. Je vais lister ci-dessous les objectifs les plus communs pour la création de contenu. Cette liste n'est pas exhaustive et vous pouvez bien évidemment en trouver d'autres.

- Ouvrir les yeux sur un sujet en montrant que le statu quo est faux.
  - Ex. Le salariat est la manière la moins efficace de gagner de l'argent et pourtant la majorité pense l'inverse, ce statu quo est donc faux.
- Partager la solution à un problème immense.
  - Ex. Je vais vous montrer comment trouver un sens à votre vie en dix étapes.
- Expliquer un sujet complexe simplement.
  - Ex. Je vais vous expliquer le marketing simplement.
- Raconter une histoire pleine d'émotions et de suspens pour transmettre une leçon.
  - Ex. Les dix leçons de vie d'un poète à son disciple.
- Conceptualiser ce que tout le monde pense, mais que personne n'arrive à dire.

- Ex. Le système éducatif français est défaillant, voici ses défaillances et ses pistes de progrès (je n'ai jamais rencontré une personne qui n'avait pas une chose à reprocher à l'école).

- Identifier les tendances clés d'une thématique et prédire le futur.
  - Ex. La prise de notes est à la mode, voici où le marché se dirige.

- Partager vos découvertes sur une thématique pour aider les autres.
  - Ex. J'ai trouvé ce nouveau processus d'écriture, je le partage avec vous.

Points d'appui

Pour arriver à l'objectif que vous avez défini pour votre article, vous allez avoir besoin de points d'appui. Ce sont en fait des arguments, composés, comme nous l'avons vu, de conclusions et de prémisses. Si, par exemple, le thème de votre article est : « Le salariat est la manière la moins efficace de gagner de l'argent et pourtant la majorité pense l'inverse, ce statu quo est donc faux », il faut que vous trouviez des arguments qui vous permettent d'arriver à votre objectif qui est de démontrer que le statu quo est faux. Notez donc rapidement les points d'appui que vous pourriez utiliser pour arriver à vos fins. Pour cet exemple précis, je vais en utiliser deux :

1. Nous ne sommes pas payés à notre juste valeur, car le patron nous paye forcément moins que la valeur ajoutée que nous apportons à l'entreprise (sinon cette dernière ne serait pas rentable).
2. Nous échangeons notre temps (la valeur la plus précieuse dont nous disposons en quantité limitée) contre de l'argent (une valeur fictive, sans valeur intrinsèque et disponible en quantité illimitée).

Je pense que vous serez d'accord avec moi pour dire que ces deux arguments, appuyés par des prémisses qui relèvent de l'économie, ou encore de la création monétaire, me permettront d'arriver à mon objectif qui est de convaincre mon lecteur que le salariat est la manière la moins efficace de gagner de l'argent.

Vous pouvez généralement partir dans quatre directions pour trouver des arguments :

- L'opportunité : pourquoi c'est le bon moment pour mettre en place mes idées.
- La faisabilité : mes idées sont réalisables facilement et je vais vous le prouver.
- L'utilité : le problème est réel et mes idées permettent d'y répondre, donc mon concept est utile.
- La moralité : n'oubliez pas de vérifier si votre projet est moral et éthique sur tous les plans : humain, écologique, etc.

Résultat

Quel résultat, quelle solution vais-je apporter à mon lecteur ? En effet, il faut l'inciter à rester jusqu'au bout de mon article et pour ce faire, la manière la plus efficace est de promettre au lecteur des résultats, des solutions. Dans le cas de l'exemple précédent, le résultat pourrait être : vous allez découvrir les manières les plus efficaces pour gagner de l'argent.

Rappelez-vous : vous ne créez pas du contenu pour vous, mais pour votre lecteur. Si ce dernier ne tire rien de la lecture de votre contenu, alors vous lui avez fait perdre son temps et il ne vous fera plus confiance à l'avenir. Vous venez de perdre un abonné. Pensez toujours vos contenus autour du résultat, de la solution, que vous proposez à votre lecteur, du déclic que vous allez provoquer en lui.

Pour vous exercer à cette méthode, vous pouvez identifier l'objectif, les points d'appui et le résultat du dernier contenu que vous avez consommé et les améliorer. Vous pouvez ensuite faire de même avec un des sujets de votre liste.

VOTRE PROJET D'ÉCRITURE

C’est une chose d’avoir un bon sujet de contenu, c’en est une autre de trouver la motivation pour le rédiger. En effet, pour que votre article voie le jour, il faut que vous combiniez l’objectif de votre article avec une motivation personnelle. Au stade de la rédaction, vous n’en êtes plus à la vague idée, mais bien au projet d’écriture. L’objectif clarifie la raison pour laquelle vous écrivez, alors que la motivation personnelle s’assure que vous écrirez l’article jusqu’au bout. Par exemple, j’ai envie de faire la meilleure ressource francophone sur un sujet (objectif de l’article), car j’aurais adoré disposer de ça quand j’ai commencé (motivation personnelle). Pour écrire un livre, beaucoup vous diront que vous devez installer l’habitude de l’écriture, grâce à des principes de création de rituels et de productivité avancés. Cependant, je dois bien avouer que rien de tout cela ne fonctionnait pour moi. La seule chose qui m’a permis d’écrire ce livre a été de tomber amoureux des idées que j’écrivais : je ne pouvais plus ne pas les écrire. Au-delà de créer l’habitude de l’écriture je ne saurais trop vous conseiller, vous souhaiter même, de tomber amoureux de vos idées, d’être animé par une force irrésistible de les divulguer.

Le processus d’écriture

Nous avons donc vu comment :

1. Choisir un sujet à traiter en regardant les notes afférentes dans notre usine.
2. Créer des idées de contenus à l’infini et les alimenter au fil de nos lectures.
3. Faire un bon plan de contenu en passant d’une pensée atomique à une pensée linéaire.

Il nous reste maintenant à voir comment nous pouvons rédiger notre contenu final une fois notre plan créé, en gardant bien en tête qu’un plan n’a rien de définitif. Le plan est simplement là pour vous aider à organiser vos pensées et lister tous les concepts dont vous voulez parler. C’est pendant la phase de rédaction que le contenu prend réellement forme.

Avant de commencer la création, vous devez choisir le ton, la personne et le niveau de langage que vous souhaitez utiliser avec votre audience. Par

exemple, pour ce livre, j'ai choisi d'utiliser le vous et le nous ainsi qu'un niveau de langage plutôt soutenu dans l'expression des concepts. J'aime aussi rappeler les concepts, insérer des phrases de liaison entre les différentes parties du processus, et parfois faire certaines touches d'humour. Vous pourriez aussi choisir de tutoyer votre lecteur et de lui parler exclusivement avec des phrases courtes percutantes comme certains copywriters.

Une fois que cette première étape est faite, commencez par le premier concept. Ignorez l'introduction dans un premier temps. L'introduction est souvent bloquante quand on ne connaît pas parfaitement le contenu et sa structure. Il est en revanche bien plus facile de commencer immédiatement à expliquer un premier concept, d'enchaîner sur un deuxième, etc. Le défi principal à ce stade sera de trouver des images, des illustrations, des exemples pour accompagner vos concepts. En effet, vos notes permanentes vont au plus concis, au plus résumé. Dans votre manuscrit final, vous devez faire le chemin inverse, et étoffer des concepts que vous aviez, par le passé, réduits à leur cœur. Vous allez aussi devoir trouver des prémisses solides à vos arguments. En effet, c'est le moment de revenir dans votre gestionnaire de sources et de regarder quelles études vous permettent d'affirmer tel argument ou tel autre. Vous devrez aussi, en plus de citer le nom de l'étude, expliquer rapidement le contenu de cette dernière pour que votre lecteur comprenne de quoi il s'agit.

Que faire si vous êtes bloqué ?

Il peut parfois arriver que vous restiez bloqué devant une page blanche, avec une idée du concept que vous devriez être en train d'expliquer, mais sans idée particulière de la meilleure manière de l'expliquer et de l'illustrer. Dans ce cas, divisez l'écriture en plusieurs phases. Commencez par une phase de pure écriture, durant laquelle vous allez simplement présenter ces concepts sans chercher à particulièrement les illustrer ou les expliquer parfaitement. Ce sera votre matière brute. Vous pouvez ainsi écrire tout ou partie de votre contenu de cette manière, avant d'y revenir plus tard. Pour être franc avec vous, c'est ce que j'ai fait avec ce livre. Dans un premier temps, j'ai présenté tous les concepts en incluant à des endroits les mots ÉTUDE, SCHÉMA ou encore EXEMPLE. De cette

manière, à la deuxième relecture, je savais quelles parties préciser, illustrer, expliciter, pour finaliser mon contenu.

Votre premier brouillon sera nul, et j'ai presque envie de vous dire… que c'est bien !

Il faut vous attendre à ce que votre premier jet ne vous plaise pas. Vous vous direz que vous avez écrit un livre nul, que personne n'en voudra et que ce n'est pas cet ouvrage qui va vous permettre de vous forger une réputation. Pas de stress, c'est tout à fait normal, tous les créateurs éprouvent cette sensation en relisant pour la première fois ce qu'ils ont écrit. Je peux vous dire que c'est justement à ce moment-là que commence la meilleure partie du travail. En effet, vous avez fait les tâches les plus fastidieuses qui consistent à chercher la matière et à l'exposer sur votre plan de travail. Il vous reste maintenant à sculpter cette matière, à la peaufiner, à l'enrichir de détails… Nous l'avons vu précédemment, il ne faut jamais changer d'attention durant l'écriture. Généralement, lorsque vous tapez sur votre clavier, vous ne relisez pas immédiatement ce que vous venez d'écrire. En fait, si je peux vous donner un conseil, l'idée serait même de ne rien relire avant d'avoir terminé votre création, avant d'avoir atteint votre objectif. Pour un livre par exemple, ce serait l'écriture de cinquante mille mots. Pour un article, mille cinq cents… Une fois votre rédaction achevée, vous pourrez relire votre matière et la mettre en valeur.

Comment rester régulier ?

Je vous présente ci-dessous mon mode d'emploi pour rester régulier durant la phase d'écriture. Tout d'abord, fixez-vous les deux lignes directrices de volume et de temps :

1. Fixez votre objectif principal. Par exemple, écrire un livre de soixante mille mots.
2. Fixez-vous une date de fin pour votre premier jet. Par exemple, d'ici trois mois.

Note : n'oubliez pas, quand vous fixez cette date, que le travail s'étend pour remplir le temps qu'on lui alloue. Donc si vous mettez la date de rendu à dans deux ans, vous allez probablement prendre deux ans ou abandonner en cours de route. En revanche, si vous vous dites dans trois mois, vous allez probablement y arriver tout aussi bien et plus rapidement.

Une petite mise en garde. Lorsque vous allez figer ces lignes directrices, soyez réaliste : si vous vous donnez quatre-vingt-dix jours pour écrire soixante mille mots, vous allez devoir écrire environ six cent soixante-six mots par jour. Si vous n'avez jamais ou peu écrit auparavant, et que vous n'avez jamais entretenu une habitude d'écriture, alors vous ne tiendrez probablement pas vos objectifs. Par expérience, je peux vous prédire que vous allez certainement manquer environ un ou deux jours par semaine, ce retard va se répercuter sur le jour suivant, jusqu'à ce que vous vous sentiez débordé, voire incapable d'y arriver. D'où mon conseil : soyez réaliste avec vous-même. Fixez-vous un objectif ambitieux, mais atteignable. Vous pourrez toujours le rectifier en cours de route.

3. Maintenant que vous avez vos deux lignes directrices de volume et de temps, cela vous donne une idée de votre charge journalière (ex : soixante mille mots en trois mois représentent six cent soixante-six mots par jour).
4. À partir de ces chiffres, estimez le temps qu'écrire six cent soixante-six mots par jour représente (pour moi 30 minutes, je vous rappelle qu'il s'agit du premier jet que vous relirez par la suite) et bloquez ce temps tous les jours dans votre calendrier.
5. Vous pouvez rater un jour, mais pas deux. Si vous ratez plus de deux jours d'affilée, regardez les raisons de cette dérive et faites en sorte de les corriger ou de les éradiquer. Vous pouvez aussi vous rendre compte que les objectifs que vous vous étiez fixés sont simplement trop élevés ; revoyez-les donc à la baisse.
6. Et enfin, ne jugez pas immédiatement ce que vous venez d'écrire ou ce que vous avez écrit la veille. Commencez chaque jour avec une idée en tête, une page vierge, un objectif et un temps pour le réaliser, et allez au bout, sans vous retourner.

Comment relire un premier jet ?

La première relecture vous permet d'obtenir une vue d'ensemble de votre contenu. En effet, si vous êtes sur un format long, vous vous rendrez compte que vous avez parfois écrit des choses en double, ou que des bouts de raisonnement sont manquants. La première relecture est là pour vous en informer et vous permettre de corriger ce genre d'erreurs dans la structure de votre contenu. Évidemment, vous voulez également corriger la tournure des phrases, les fautes d'orthographe éventuelles, et surtout la logique globale du livre. Cependant je ne saurais trop vous conseiller de n'émettre un jugement qu'à la fin de votre première relecture et seulement sur l'ensemble du livre. Vous pouvez bloquer un week-end entier pour vous y consacrer. Une fois la structure corrigée, il est temps de passer à la deuxième relecture qui va vous permettre d'ajouter vos exemples et vos sources (vous vous souvenez sans doute que nous avions laissé à cette fin, ça et là, des indicateurs, des repères, lors de notre première rédaction). Et enfin, les troisième et quatrième relectures sont là pour corriger le manque de fluidité de certains passages, et les fautes d'orthographe restantes. Vous êtes ensuite prêt à le donner à relire à une ou plusieurs paires d'yeux extérieures et à prendre en compte leurs retours (mais nous en parlerons plus en détail dans la dernière partie de ce livre).

Le premier jet est-il dans l'usine ?

Comme nous l'avons déjà abordé, les seuls éléments propres à un projet qui doivent rester dans l'usine sont les plans de contenus. Cela veut donc dire qu'il vous faudra trouver un autre logiciel, comme Word par exemple, pour écrire votre contenu. J'écris ce livre dans Google docs, ce qui me permet de le faire relire à une ou même plusieurs personnes à la fois, et d'obtenir des commentaires ciblés sur le texte voire des propositions de rédaction directement intégrables. Vous pouvez d'ailleurs retrouver tous les logiciels que je conseille sur le site livre.atomicthinking.fr

LES EXERCICES POUR VOTRE LECTEUR

Quand vous écrivez un contenu, votre principale préoccupation devrait être axée sur l'expérience du lecteur. L'idée est de toujours garder en tête que le lecteur, en lisant votre contenu, cherche à comprendre de nouveaux concepts et à les mémoriser, le tout sans effort, et en étant si possible diverti durant le processus. Notre rôle en tant qu'auteur est donc de tout faire pour aider notre lecteur à atteindre ses objectifs le plus facilement possible. Pourtant, je pense que vous serez d'accord avec moi pour dire que peu d'auteurs ont cette préoccupation. Les causes de ce constat sont identifiables dès l'école : en effet, les contenus que le système scolaire nous apprend à produire ne sont pas adaptés pour apprendre quelque chose, on nous enseigne à produire, à rédiger selon des modèles classiques dans lesquels nous avons tendance à rester. Pour sortir de ce véritable biais, je vous propose d'observer les trois principes d'un processus créatif orienté vers le lecteur :

1. Capter l'attention de son lecteur et vérifier son engagement.
2. Favoriser sa mémorisation.
3. S'assurer qu'il comprend tout ce qu'on avance dans l'article.

Si vous mettez en place ces méthodes négligées ou ignorées par le plus grand nombre, votre lecteur sera immédiatement séduit, voire surpris par la qualité de votre contenu et par le fait même qu'il le retiendra plus facilement.

L'attention

Parlons d'abord de l'attention du lecteur. Pour faciliter l'apprentissage de notre lecteur, pour l'aider à apprendre des connaissances, le premier défi est de capter son attention. Une fois que vous l'avez gagnée, ce dernier sera beaucoup plus réceptif à votre contenu. Mais alors, comment faire ? Parmi les solutions possibles, deux sont très efficaces :

1. Donner une raison (« Lisez cet article pour apprendre… »).
2. Créer une connexion émotionnelle (« Lisez cet article dans lequel vous allez découvrir la nouvelle effrayante de… »).

Le mieux reste encore de combiner les deux : « Lisez cet article pour découvrir la méthode révolutionnaire qui… » Mes exemples peuvent vous paraître clichés, mais je vous assure que ça fonctionne. Sans ces incitations, le lecteur se sentira moins impliqué et retiendra moins facilement ce que vous dites, il ne cliquera même peut-être pas sur votre article. J'en profite pour signaler à ce stade que l'amorce est la partie la plus importante de votre contenu, mais nous verrons cela dans la prochaine partie « Finitions ».

Un autre outil à utiliser est celui de la « question bête ». En effet, on se rend parfois compte, quand on consomme un contenu, qu'après quelques minutes, on serait bien incapable de résumer ce que la personne vient de dire ou ce qu'on vient de lire. Pour éviter cela, votre lecteur a besoin d'une question simple pour se réveiller et se ré-impliquer dans le processus. Alors n'hésitez pas à inclure une question à choix multiples dans le premier quart de votre article pour impliquer votre lecteur et réactiver sa concentration.

La mémorisation

La mémoire joue un rôle dans toutes les parties de notre cognition, comme la résolution de problèmes, le travail créatif ou encore la métacognition[4]. De plus, elle est indispensable pour progresser dans un domaine, dont on doit forcément connaître les bases pour lire et réfléchir à son propos. Prenons l'exemple des mathématiques. Si vous ne connaissez pas les formules de base par cœur, la compréhension de formules plus complexes ou la résolution de certains problèmes vous seront impossibles. C'est pareil dans toutes les disciplines. Si vous avez un blog sur les chats et que vous écrivez un article sur les races, votre lecteur doit mémoriser quelques informations capitales dès le début, comme la définition d'une race ou encore les familles principales pour comprendre la suite de l'article. Sinon, il sera perdu et devra revenir plusieurs fois sur les mêmes phrases.

La plupart d'entre nous, notamment du fait des méthodes classiques d'enseignement, avons associé la mémorisation à une tâche pénible et répétitive. Peu de personnes aiment vraiment apprendre par cœur, à moins qu'elles aient un système de mémorisation spécifique. Face à ce constat,

votre rôle en tant qu'auteur est de faciliter la mémorisation des détails superflus, mais nécessaires à la compréhension, pour la rendre automatique pour le lecteur. Il s'agit de lui permettre d'apprendre automatiquement ces détails pour qu'il puisse se concentrer sur ce qui est vraiment important : la compréhension.

Comment faire ? L'un des meilleurs systèmes utilisés aujourd'hui est un mélange de questions et de répétition espacée.

Les questions

Relire plusieurs fois une phrase nous procure le même sentiment que si nous avions réussi à nous rappeler seul de cette information. Ainsi, on a souvent l'impression de bien maîtriser un sujet lors des révisions, mais lorsque l'on arrive devant une feuille d'examen, sans aide extérieure, et qu'on nous pose une question, on est vite déboussolé et on n'arrive pas à retrouver l'information que l'on pensait pourtant connaître[5]. On peut avancer une explication simple à ce phénomène : on retient bien mieux les informations en se questionnant à leur propos plutôt qu'en les lisant plusieurs fois. Finalement, cette deuxième solution, que je qualifierais de classique, nous induit en erreur, car elle nous donne l'impression de connaître l'information et d'être capable de s'en souvenir ; ce n'est malheureusement, irrémédiablement et définitivement qu'une impression.

Une des meilleures solutions pour pallier ce problème reste de se poser une question, de réfléchir à la réponse, puis de regarder la correction. Les flashcards sont en cela les médiums d'apprentissage les plus puissants, car elles vous posent une question, et vous devez tourner la carte pour voir la réponse.

Si la méthode que nous venons de voir est de loin la plus puissante pour mémoriser des informations, il faut cependant garder en tête que ce type de système se limite par sa nature à des connaissances déclaratives, par exemple : combien y a-t-il de mots dans ce livre ? Réponse : environ cinquante mille[6].

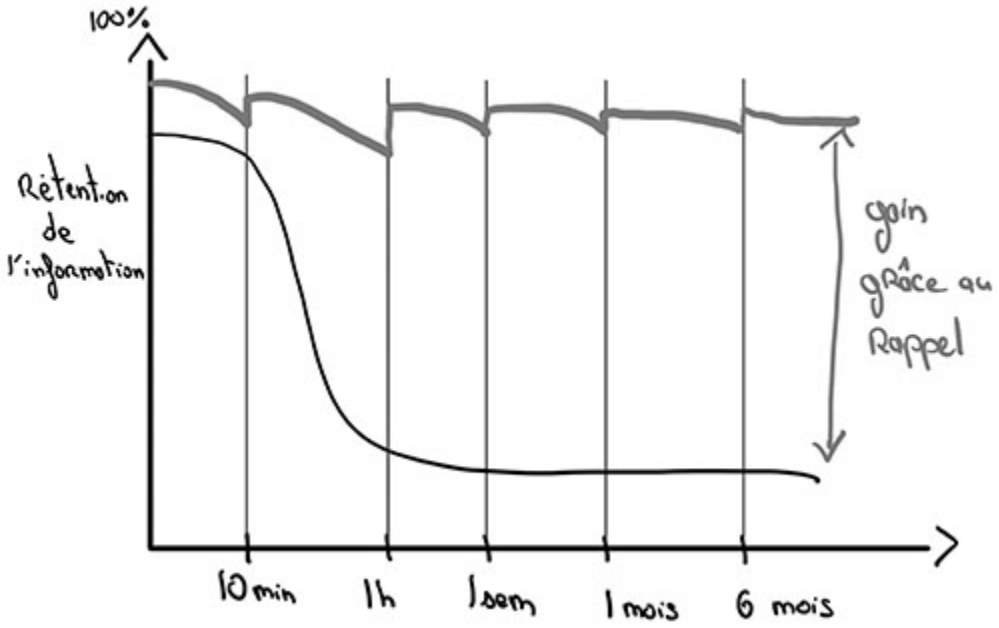
Pour résumer : lire plusieurs fois n'est pas une méthode d'apprentissage efficace, la meilleure manière pour retenir une information reste de se

questionner à son propos.

La répétition espacée

Vous vous doutez certainement que vous poser une fois une question sur un concept ne va pas vous aider à le mémoriser. Il faut la répéter plusieurs fois, et de préférence à des temps précis. En effet, la science nous a appris qu'il existe une courbe de l'oubli que l'on appelle la courbe d'Ebbinghaus[7].

Cette courbe indique les temps idéaux pour se reposer une question de manière à ce que dans six mois, vous connaissiez toujours environ 80 % de l'information d'origine. C'est ce que l'on appelle la « consolidation mnésique ». Autrement dit, vous allez renforcer les chemins d'accès à une information, jusqu'à l'intégrer complètement. Les temps idéaux sont d'environ 10 minutes, un jour, une semaine, un mois et six mois. Si vous ne faites pas cet effort de revoir une connaissance à ces temps précis, vous aurez oublié la quasi-totalité de l'information une semaine après l'avoir apprise. Il est donc très important de réviser plusieurs fois une même connaissance, la science nous permettant d'en optimiser la récurrence.



Représentation visuelle de la courbe d'Ebbinghaus.

Évidemment, tout comme moi, vous n'avez certainement pas envie de tenir un calendrier des rappels de révision pour toutes les connaissances que vous souhaitez apprendre. Ça tombe bien, car il existe aujourd'hui des logiciels qui font ce travail pour vous. Ils vous déchargent des détails inutiles pour vous permettre de vous concentrer sur ce qui est important : le contenu. Pour voir une liste actualisée des logiciels de ce type, rendez-vous sur le site livre.atomicthinking.fr. Au moment de l'écriture, j'utilise Anki, mais Quizlet et Neuracache sont également de très bonnes options.

Mais en tant que créateur de contenu, comment proposer ce type de système à notre audience ?

Je vous encourage, si vous êtes créateur de contenu, à proposer ce type de système à votre lecteur. Cela vous démarquera largement de tous vos concurrents. La plupart d'entre eux se contrefichent de l'expérience du lecteur et de la facilité avec laquelle il va retenir les informations avancées. Alors imaginez-vous, vous êtes le seul à proposer ce type de système à votre lecteur : la classe, non ? Il sentira que vous avez fait un effort pour lui et vous deviendrez mémorable. De plus, pour mettre en place un système de répétition espacée, vous aurez besoin de son adresse mail. Ce qui est une bonne chose si vous voulez le contacter par la suite pour lui vendre vos services, par exemple.

Ainsi, cette technique est utile pour mémoriser les détails d'un domaine indispensables à sa compréhension globale. Les systèmes de mémorisation actuels ne permettent pas à eux seuls de comprendre un sujet. Pour cela, chaque information mémorisée doit être reliée à une compréhension plus globale. C'est justement le thème que nous allons aborder maintenant.

La compréhension

Comme je l'ai précédemment mentionné, Richard Feynman disait : « On comprend quelque chose quand on peut l'expliquer à un enfant de 12 ans. » Je ne peux que seconder ses propos. La meilleure manière de se tester sur la compréhension d'un sujet reste de l'expliquer à une autre personne complètement débutante. Cette personne pourra nous poser des questions pour tester la solidité de notre compréhension et mettre en

évidence les trous logiques de notre raisonnement. Évidemment, vous n'avez pas besoin d'avoir un enfant de 12 ans à vos côtés pour mettre en place cette technique. Beaucoup plus simplement, attelez-vous à faire un résumé de cinq lignes à l'écrit sur un concept, vous verrez que c'est déjà très instructif sur votre niveau de compréhension. En fait, résumer un concept avec vos propres mots à l'écrit est un des exercices les plus difficiles. Si vous n'avez pas parfaitement compris un concept, vous serez directement confronté à vos éventuelles lacunes. Un autre exercice que vous pouvez faire pour vérifier votre compréhension d'un sujet est de résumer sous une autre forme ce que vous pensez avoir compris. Par exemple, vous pourriez faire une carte mentale sur le concept, ou bien un schéma simple présentant le processus et ses principes. Je demande systématiquement aux élèves de ma formation d'essayer de reformuler ce que je dis à travers des schémas, de sortir de cette prise de notes linéaire qui consiste simplement à retranscrire par écrit ce que je dis à l'oral, et de commencer à mettre en dessins mes concepts. Si vous créez du contenu, vous pouvez proposer le même exercice à vos éventuels élèves, et vous pouvez même proposer une correction (en échange d'une adresse mail éventuellement…). Vous pouvez également demander à votre lecteur de schématiser, de conceptualiser sous forme graphique ou encore de résumer en trois phrases ce que vous avez dit dans votre contenu.

> **Pour résumer**
>
> Nous venons de nous intéresser à l'expérience de votre lecteur et nous avons vu comment :
>
> 1. Capter l'attention de votre lecteur et vérifier son engagement.
> 2. Favoriser sa mémorisation.
> 3. S'assurer qu'il comprend tout ce que vous avancez dans l'article.
>
> Nous allons maintenant nous intéresser à votre expérience en tant que créateur et la façon de l'améliorer.

LE *FLOW* ET LA MASSE CRITIQUE

De plus en plus de personnes se lancent aujourd'hui dans l'aventure de la création d'un système de gestion des connaissances en pensant qu'il va directement leur permettre de créer plus rapidement, que les liens vont se

générer quasi intuitivement, et que la prise de notes sera facile. C'est une vision très édulcorée de la réalité. En fait, avant d'avoir pris environ cent notes, le processus de création et d'entretien du système est plutôt désagréable. C'est aussi pourquoi la plupart des personnes qui essaient d'en créer un échouent. Voyons ensemble les stades que vous traverserez si vous décidez de passer à l'action après avoir lu ce livre.

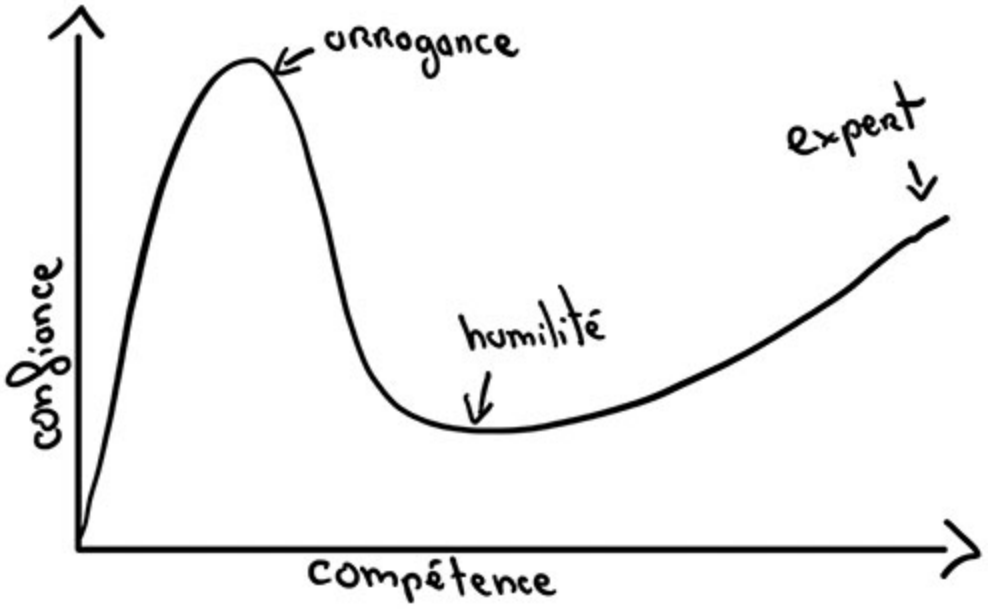
Stade 1 : l'import

Supposons que vous ayez une centaine de notes importantes que vous souhaitez importer dans votre système. Cela représente déjà un bon point de départ mais je vous conseillerais de ne pas tout importer. Essayez de faire un tri préliminaire : nous essayons de créer puis d'entretenir un système de gestion des connaissances, pas un stockage de pensées non finalisées et de notes de réunions. Mon conseil serait donc de laisser la plupart de vos notes dans votre application de prise de notes actuelle, et de n'importer que les notes importantes. Le meilleur filtre est de considérer seulement les notes sans date de péremption, au contenu permanent. Une fois cet import initial fait, vous allez commencer à prendre des notes avec un nouveau regard. Vous entrez dans le deuxième stade.

Stade 2 : la découverte

Vous allez peut-être vous rendre compte que la prise de notes peut parfois être une activité contraignante, qui allonge le temps de vos lectures. De plus, quand vous essaierez de faire des liens entre vos notes, vous vous rendrez compte que vous devez créer d'autres notes pour avoir l'ensemble d'un sujet dans votre usine. Supposons que je sois dans un projet d'écriture d'une note sur la permaculture. Je me rends alors compte de la nécessité de faire un lien avec une note sur les réseaux trophiques. Et, cette note n'existant pas dans mon système, je dois la créer. Ainsi, si créer une note vous enlève une tâche, elle peut aussi vous en rajouter plusieurs autres, car vous aurez d'autres notes à créer. Vous pourriez donc avoir l'impression d'avoir devant vous une immense montagne infranchissable. Ne vous inquiétez pas, c'est normal, cette sensation n'est que provisoire ! Je vous assure que la sensation suivante sera l'excitation et même un

certain émerveillement vis-à-vis des liens que vous commencerez bientôt à faire. Pour être honnête, je pense que vous vous retrouverez confronté à de nombreuses reprises à cette sensation de désemparement. En fait, vous risquez de la retrouver à chaque fois que vous apprendrez quelque chose de nouveau. Vous vous souvenez certainement de l'effet Dunning-Kruger dont nous avons déjà parlé ? Eh bien, vous ressentirez cette sensation quand vous serez dans le creux après la première bosse. Ce qui vous trouble finalement c'est la perception de l'immensité des choses qu'il vous reste à apprendre. Ne vous découragez pas, c'est peut-être déstabilisant, mais vous allez rapidement jongler avec toutes ces nouvelles connaissances comme avec les lettres de l'alphabet.



Représentation visuelle de l'effet Dunning-Kruger.

Stade 3 : les connexions

Ça y est, vous vous sentez moins submergé par l'inconnu et vous avez environ cent notes dans votre système, bravo ! Vous allez commencer à entrevoir la puissance du système. Vous faites des liens entre vos idées et commencez donc à construire une base de connaissances interconnectée. À ce stade, un problème souvent soulevé est la difficulté à retrouver ses notes facilement. Vous ne vous souvenez plus forcément de leur intitulé et vous avez choisi de ne pas les organiser. C'est à ce moment-là que je vous

conseille d'essayer d'introduire les cartes de contenus. Essayer de structurer trop tôt ne sert en fait à rien. Les débutants ont souvent du mal à percevoir l'intérêt d'une carte de contenus, et c'est tout à fait normal, car une carte de contenus ne sert à rien s'il n'y a pas suffisamment de matière à cartographier. Une carte sert à mettre de l'ordre, à regrouper ses connaissances sur un sujet dans un plan cohérent. Si vous ne ressentez pas le besoin de mettre de l'ordre dans votre système, ne vous embêtez pas avec la structure superflue.

Stade 4 : la masse critique

Maintenant, vous avez environ six cents notes dans votre système (chapeau !), la plupart sur un sujet précis. À ce moment-là, pratiquement tout ce que vous voulez dire est déjà répertorié dans votre système. Vous avez atteint la masse critique. C'est le moment où la création devient assemblage, où votre second cerveau est réellement le prolongement du premier. À cet instant, la friction que nous nous efforcions de limiter n'existe plus. Il faut vraiment l'expérimenter pour le croire. Quand j'ai tracé le plan de ce livre, la seule chose que j'ai eu à faire était de créer des liens. Il n'y a pas une information que j'ai dû écrire dans mon plan, car tout était déjà sous forme de note. La réalisation du plan m'a pris environ 2 heures. À partir de ce moment, l'écriture peut même paraître assez répétitive et ennuyeuse, car il s'agit simplement de réécrire le contenu de ses notes.

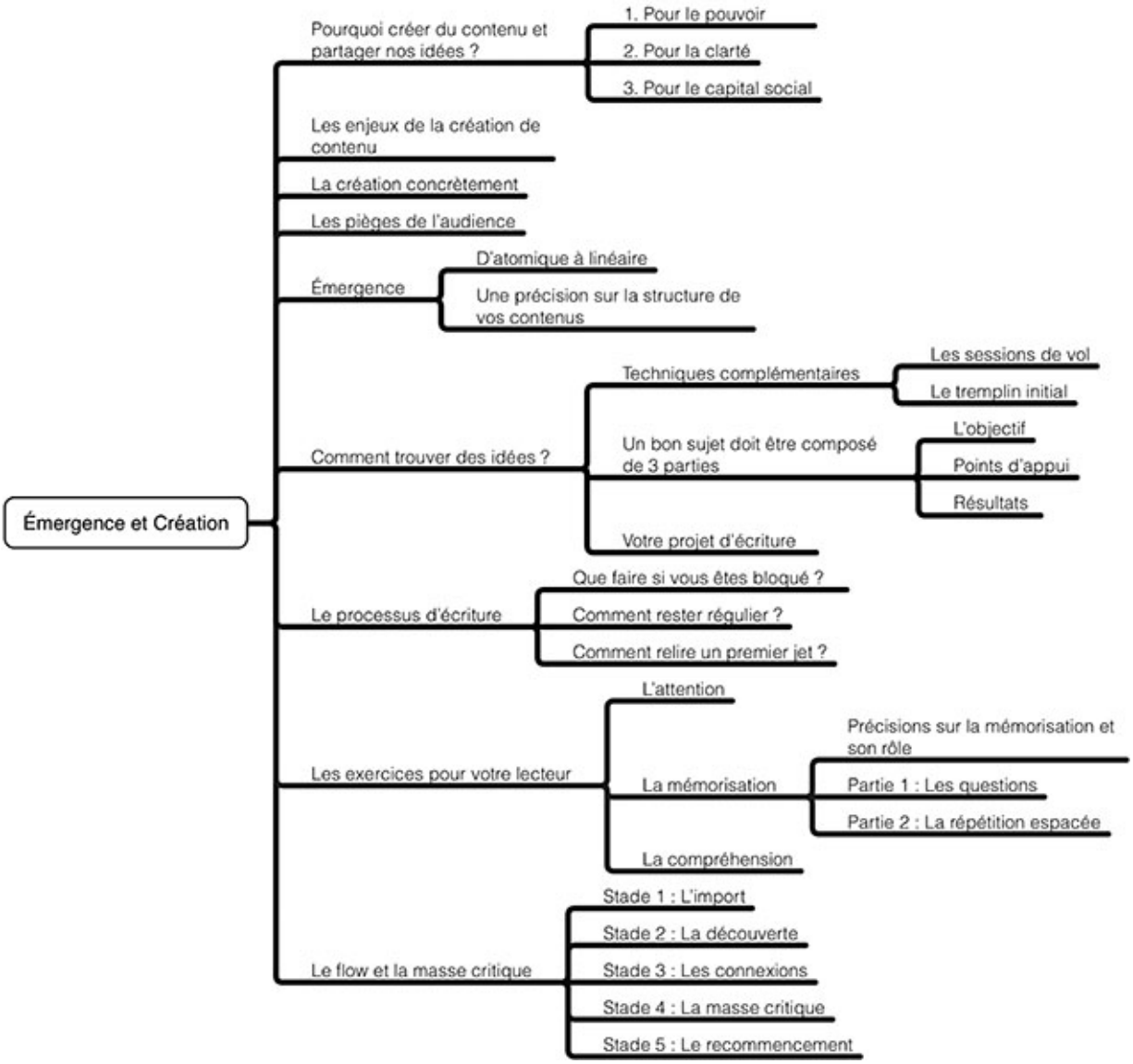
Stade 5 : le recommencement

Comme toute bonne chose, l'âge d'or de la masse critique a une fin. Cette fin, c'est la curiosité qui en est la cause. Je suis persuadé que si vous avez acheté ce livre, c'est que vous êtes passionné par la connaissance et les idées. Aussi, une fois que vous avez compris un sujet, vous ne pouvez pas vous empêcher de vous renseigner sur un autre. Ainsi, une fois que vous aurez atteint la masse critique dans un domaine, vous aurez besoin de recommencer ce processus avec un autre sujet. C'est un parcours qui suit les mêmes étapes, mais ces dernières sont enrichies par les notes qui existent déjà. J'ai environ quatre cents notes sur l'organisation, la prise de

notes, la création, l'écriture, Zettelkasten, etc. Chacune de ces notes est largement liée à d'autres connaissances que j'ai apprises ensuite dans des domaines divers et variés. Ma note sur l'atomicité des pensées est liée à des notes sur la permaculture, la génétique, la pensée systémique ou encore des résumés de livres de fiction. Chacun de ces liens me permet de générer une nouvelle idée, que je peux, ou non, choisir de partager dans des contenus.

Comme pour tous les chapitres, voici un résumé visuel (voir page 160), mais un peu différent des précédents, car cette partie ne se prêtait pas à une vue graphique. Pour mémoriser les concepts du chapitre, je vous invite à essayer de résumer mentalement tous les concepts de la carte mentale.

Nous venons de vivre ensemble la traversée du processus que vous serez amené à mettre en œuvre si vous décidez de vous lancer à la suite de ce livre. Si vous passez bel et bien à l'action, je vous recommande de rester accroché à votre but afin d'atteindre la masse critique. Trop de personnes abandonnent juste avant d'avoir pu goûter aux bénéfices du système. Dans le chapitre suivant, nous verrons comment travailler sur le style d'un contenu. En effet, une fois sorti de l'usine, votre premier brouillon aura besoin de raffinement, vous le conduirez donc à l'atelier pour faire les dernières finitions avant de le livrer à votre public. Si vous le voulez bien, nous allons voir maintenant les outils que vous pouvez utiliser dans votre atelier pour parfaire vos productions.



Carte mentale représentative de l'étape « Émergence et Création ».

1. Kevin Kelly, « 1,000 True Fans », *The Technium* (blog), consulté le 29 octobre 2021, https://kk.org/thetechnium/1000-true-fans/.

2. Austin Kleon, *Voler comme un artiste* (Éditions de l'Homme, 2014).

3. Benedict Carey, *How We Learn: The Surprising Truth About When, Where, and Why It Happens*, Reprint édition, New York, NY: Random House Trade Paperbacks, 2015.

4. John H. Byrne, éd., *Learning and Memory: A Comprehensive Reference, Volume 4,* Academic Press, 2008.

5. Dunlosky *et al.*, « Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques » *Sage journal*, 2013.

6. Andy Matuschak *et al.*, « How can we develop transformative tools for thought? », 2019, https://numinous.productions/ttft.

7. Jaap M. J. Murre et Joeri Dros, « Replication and Analysis of Ebbinghaus' Forgetting Curve », *PLOS ONE* 10, n° 7, 6 juillet 2015 : e0120644, https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120644 ; H. F. Spitzer, « Studies in Retention », *Journal of Educational Psychology* 30, n° 9, 1939 : 641-656, https://doi.org/10.1037/h0063404.

Étape 5

BIENVENUE DANS L’ATELIER !

5. FINITIONS

Cette cinquième étape représente la mise en place des cartons et l’expédition.

Grâce à cette étape, vous allez être capable de créer des contenus de qualité de façon régulière.

Le genre de contenu qui vous place comme l’expert de votre domaine, qui résonne avec votre audience et qui attire des superfans.

Dans cette dernière partie de la chaîne de production, nous prenons le premier brouillon sortant de l'usine et nous le raffinons. Notre objectif est de le faire résonner avec votre audience.

Pour rappel, pour créer un contenu qui marche, vous devez vous concentrer sur deux points. Ces derniers sont :

1. Capter l'attention de votre lecteur.
2. La garder le plus longtemps possible en lui offrant une nouvelle perspective.

Une fois ces deux éléments rappelés, entrons dans le vif du sujet avec l'équation des contenus.

FAITES RÉSONNER VOS IDÉES

Qualité d'écriture = Nouveauté × Résonance

Voici l'équation sur laquelle va reposer tout notre développement. Nous allons d'abord étudier comment augmenter la nouveauté de vos idées, puis nous verrons comment faire résonner vos idées avec votre lecteur.

La nouveauté

La notion de nouveauté est subjective. En effet, un concept qui vous paraît évident sera peut-être nouveau pour votre lecteur vis-à-vis de ses connaissances actuelles. Plus largement, un expert sur un sujet trouvera peut-être vos idées classiques et réchauffées, tandis qu'un débutant vous attribuera les crédits pour chacune des idées que vous avancez. Pour s'affranchir de cette subjectivité, on peut tout de même tenter d'établir quelques principes pour mesurer l'innovation d'une idée.

Une idée est innovante quand elle est :

- Contre-intuitive
  - Le bon sens dirait ceci, cependant je vais vous montrer que ce n'est pas le cas.
- Contre-narrative
  - On pourrait croire que compte tenu de la vie de cette personne elle dirait ça, mais non.
- Choquante, perturbante
  - Cela pourrait choquer si vous disiez cette idée à des grands noms de votre thématique.
- Élégamment articulée
  - Articuler plusieurs concepts en un protocole, une méthode.

- Révélatrice
  - Le lecteur lit vos mots et se reconnaît parfaitement dedans (vous ne pouvez pas contrôler parfaitement cet aspect, il est souvent cumulatif).

La résonance

Vous pouvez évaluer maintenant quelles idées vont paraître innovantes à votre lecteur. Cependant, si l'on revient à notre équation du début, on se rend compte que sans résonance, la qualité de notre contenu est égale à 0. Dans ce qui suit, nous allons donc voir des principes clés qui vont vous aider à faire résonner vos idées avec votre lecteur.

Utilisez un langage simple

Un langage simple n'affaiblit pas votre écriture. Il renforce vos idées en leur permettant de ressortir dans le texte. Le lecteur ne doit pas avoir de difficulté à comprendre le sens des mots, mais uniquement celui des concepts avancés. En vous disant que vous vous adressez à une audience d'enfants de 12 ans, vous penserez et écrirez plus clairement. Moins il existe de barrières entre votre public et vos idées, plus elles résonnent. Utilisez des mots clairs, des phrases simples et des exemples avant et après chaque idée. Ce point peut paraître simple, mais il ne l'est vraiment pas. En effet, vous devez trouver le juste milieu entre des mots comme « super » ou encore « très », qui sont familiers et basiques, et des mots comme « remarquablement » ou encore « admirablement », qui ont un niveau de langage trop soutenu pour un simple article. Tout est une question de dosage et de seuil. De la même façon, vous devez essayer de ne pas complexifier inutilement vos raisonnements en faisant comme le milieu académique qui essaye parfois de complexifier la forme du texte pour ne pas laisser transparaître un manque de nouvelles idées de fond. Je pense que vous serez d'accord avec moi pour dire que notre petite formule en début de paragraphe est finalement assez pertinente car, quand bien même des acteurs du milieu académique auraient réussi à complexifier la forme, si le fond est égal à 0, alors la qualité de leur article sera nulle.

L’introduction

Une introduction est composée de quatre parties :

1. L’accroche.
2. La définition du problème et de ses enjeux.
3. Pourquoi c’est un problème et que représente-t-il ?
4. Esquisser le début d’une solution intelligente, dont vous ne révélerez l’intégralité qu’à la fin de l’article.

Tous les plus grands copywriters (personnes qui écrivent pour vendre) connaissent le plan classique AIDA.

A – Attention

I – Intérêt

D – Désir

A – Action

Ce plan a permis de vendre des millions d’euros de produits au fil du temps et nous pouvons nous en inspirer pour faire de meilleurs articles. Je vous entends déjà me dire : « Mais on ne vend rien dans un contenu ! » Eh bien si ! Car nous sommes, comme nous l’avons vu, dans une économie de l’attention. Nous essayons donc de capter l’attention du lecteur, non pas son argent comme pour un produit classique, mais le principe reste le même, nous lui vendons notre article pour qu’il ait envie de rester jusqu’au bout. Vous devez, dès les premières lignes de votre article, donner au lecteur une raison de s’intéresser à celui-ci en le connectant à un problème qu’il a à cœur de résoudre et auquel il fait face. En reprenant le plan AIDA, vous captez son attention dans les premières lignes de votre contenu, puis vous transformez cette attention en un intérêt pour votre contenu afin de le convaincre de rester. Cet intérêt se transforme ensuite en un désir de voir la suite si vous arrivez à donner à vos lecteurs la moitié d’une histoire intéressante à la fin de votre introduction.

Nous allons maintenant voir la partie la plus importante de votre introduction en détail : l’accroche.

L’accroche

Votre but dans une accroche est de donner au lecteur une raison de s’intéresser à votre article en le connectant à un problème qu’il a à cœur de résoudre et auquel il fait face. Voici les quatre types d’accroches les plus courants :

- Questions
  - Poser une question intrigante sans donner la réponse.
  - Ex. Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi les machines à glace du McDo tombent tout le temps en panne ? Moi oui, et j’ai découvert des choses étranges.
- Narration
  - Partager le début d’une narration sans donner la conclusion.
  - Ex. Ce qui m’a poussé à écrire ce livre est un bâton de glace. Mais avant de vous raconter cette histoire, laissez-moi vous parler de…
- Recherches
  - Donner des découvertes liées à des recherches récentes, mais seulement en petite quantité.
  - Ex. Des études ont récemment prouvé que le gluten augmentait de 70 % les risques de crise cardiaque et que 90 % de la population y est intolérante.
- Arguments
  - Faire une déclaration inattendue, sans expliquer pourquoi c’est vrai.
  - Ex. Les engrais sont bons pour la planète, et voici pourquoi.

Vous pouvez vous inspirer de ces quatre types d’accroches pour votre contenu. Cependant, pour être le plus pertinent possible dans votre accroche, vous pouvez utiliser le protocole que je vais vous présenter pour trouver les enjeux qui résonneront le plus avec votre audience.

Le protocole pour écrire une bonne accroche

Commencez par vous poser la question : « Si quelqu'un d'autre devait écrire cette accroche, quelles sont les questions les plus captivantes qu'il pourrait poser pour me donner envie de lire l'article ? »

Écrivez ces questions même si vous n'avez pas les réponses, puis triez-les par ordre d'intérêt. Les deux à cinq premières questions deviennent votre accroche. Il faut les inclure dans votre introduction.

Cependant, il manque une étape primordiale, qui est de transformer ces questions en accroche.

Par exemple, si vous écrivez un article sur la musculation, les questions que vous pourriez vous poser sont : « Est-ce possible d'avoir de gros biceps en trois mois ? Comment les célébrités y arrivent-elles ? »

Ces questions pourraient alors se transformer en : « Vous pouvez construire de gros biceps en trois mois. Je vais vous expliquer comment les célébrités le font quand elles se préparent pour un rôle. »

Une autre pour la route : « Est-il possible de gagner du muscle sans aller à la salle de sport ? Est-ce que je peux acheter de l'équipement peu cher à la place ? »

Ces questions deviennent : « Vous pouvez construire du muscle sans aller à la gym. Il existe des équipements peu chers équivalents que vous pouvez installer chez vous. »

Vous avez alors votre accroche. Cette dernière ne représente que les deux à dix premières lignes de votre contenu, mais elle est primordiale, car si vous n'arrivez pas à capter l'attention des gens, le reste de votre article est inutile.

FAITES RÉSONNER VOS ARGUMENTS

Nous avons déjà fait la différence entre convaincre et persuader, et nous avons établi qu'il nous fallait penser aux deux pour faire adopter nos idées. Nous allons donc à présent nous intéresser à ces deux aspects.

Rendre ses arguments convaincants

Pour rendre vos arguments convaincants, vous pouvez œuvrer dans trois grandes directions. La première et la plus évidente est de **baser toutes vos conclusions sur des prémisses solides** : des études scientifiques, des études statistiques de grande envergure ou encore des expériences empiriques répétées. Je ne vais pas m'étendre plus sur ce sujet, car si vous avez mis en place les stratégies de l'étape 1 sur comment sélectionner ses sources, vous ne devriez pas avoir trop de problèmes. Les autres directions en revanche méritent plus de précisions. La deuxième est celle d'**utiliser, de mettre en avant, les conséquences d'une action ou d'une non-action, que ces conséquences soient positives ou négatives**. Par exemple, si on ne met pas en place mon idée, alors cent mille personnes pourraient mourir. De ce fait, nous devons l'appliquer. Ou encore une conséquence positive : si vous appliquez mes conseils, vous serez 28 % plus productif, c'est pourquoi il serait stupide de ne pas les appliquer. La troisième direction est celle d'**ajouter des arguments d'autorité à vos propos**. En effet, par biais d'association, si une personne reconnue a dit la même chose que vous, alors c'est que vous devez être aussi brillant qu'elle. Par exemple, je pourrais utiliser, pour vendre ce livre, l'exemple de Léonard de Vinci, qui utilisait des carnets pour noter toutes ses idées et qui pensait que c'était indispensable pour sa création. Ce sont des arguments très puissants, qui vous apportent de la preuve sociale, alors même que personne n'a jamais appliqué votre méthode.

Rendre ses arguments persuasifs

Pour rendre vos arguments persuasifs, vous pouvez créer une connexion émotionnelle avec votre lecteur. Pour cela, vous pouvez, par exemple, décrire (si vous appliquez mes idées, alors votre vie ressemblera à cela) ou encore raconter (j'ai appliqué cette méthode et ça a radicalement changé ma vie).

Une autre manière de vous connecter à votre lecteur est d'illustrer vos concepts. Pour cela, vous pouvez utiliser :

- Des histoires, par exemple : « Ça me fait penser à la fois où un client m'a dit… »

- Des analogies, par exemple : « La compréhension peut être comparée à la digestion. » L'idée est ici de trouver des choses connues de votre lecteur et de les rapprocher de votre concept.
- Des exemples : « Par exemple, la loi de Pareto s'applique aux richesses, aux connaissances, etc. »

Je vous livre ci-dessous un paragraphe complet qui utilise une structure classique pour présenter un concept. Ce paragraphe est basé sur mon histoire personnelle, sur un vécu qui m'a amené à découvrir ce concept, je l'explique en détail, et je l'illustre ensuite par des exemples.

Voici donc une des explications que je donne quand on me demande quel est l'intérêt de mon système.

> ***« Quand j'étais plus jeune, je voulais devenir danseur professionnel. J'étais suffisamment motivé pour travailler plusieurs heures par jour pour parvenir à mon objectif. Cependant, et c'est vrai pour la plupart des sports, la courbe de progression est souvent linéaire, et parfois avec un coefficient directeur proche de 0. C'est une amélioration de 0,1 % chaque jour qui se cumule jusqu'à pouvoir passer professionnel. Assez rapidement, je me suis rendu compte qu'il manquait quelque chose dans l'enseignement qui m'était prodigué par mes professeurs de danse, je savais au fond de moi que comprendre les mouvements pourrait me permettre de progresser plus rapidement. En effet, la plupart des professeurs n'ont pas conscience de l'anatomie, ils apportent leurs corrections uniquement sur l'apparence externe du mouvement de leurs élèves. En procédant ainsi, les enseignants contraignent les mouvements de leurs élèves qui font leur maximum pour prendre en compte leurs corrections, mais bien souvent de la mauvaise façon, en prenant en force, en se crispant, en empilant des compensations et bien souvent, en se blessant. J'ai donc été très vite convaincu qu'en comprenant l'anatomie du corps et les fondamentaux de l'analyse fonctionnelle des mouvements, je pourrais progresser beaucoup plus rapidement. En accédant à cette compréhension, le mouvement n'est plus contraint de l'extérieur, il est simplement et justement amené de l'intérieur. Cela génère une danse plus fluide, plus artistique. Grâce à ce long cheminement (c'est-à-dire plusieurs années et blessures plus tard…), j'avais compris une chose qui m'a suivi tout le reste de ma vie : la nécessité absolue de comprendre les concepts les plus fondamentaux pour progresser.***
>
> ***Dans toutes les disciplines, il existe plusieurs niveaux de profondeur.***
>
> ***Par exemple, une personne s'intéressant aux neurosciences pourrait comprendre rapidement les processus liés aux hormones et leurs effets. Une autre personne plus avancée pourrait comprendre pourquoi les hormones sont utilisées et comment elles sont plus précisément interprétées. Et enfin, un expert pourra savoir ce qu'est une hormone, et tout ce que ces processus impliquent. Parmi ces trois personnes aux profils différents, c'est la profondeur du niveau de connaissances de la dernière qui lui permettra d'avoir de nouvelles idées et de gérer des sujets plus complexes.***
>
> ***Enfin, si j'ajoute la dimension temporelle à mes propos, je dirais que plus rapidement on va au niveau de profondeur le plus profond, plus rapidement on peut comprendre et***

progresser. Que ce soit dans une activité physique ou mentale, pas de progression sans compréhension des niveaux profonds. C'est à partir de ce constat, que j'ai décidé de créer des systèmes pour permettre à n'importe qui d'accélérer son apprentissage et de mettre en lien ses connaissances. »

Ainsi se termine mon explication complète et structurée sur l'utilité et l'intérêt du système que je propose. Évidemment, j'aurais pu me contenter de dire : cela vous permet d'apprendre plus rapidement. Vous m'auriez compris certes, mais auriez-vous été aussi persuadé, convaincu qu'après la lecture de mon histoire ? Certainement pas.

Nous venons de voir comment faire résonner une idée avec un public en ajoutant une histoire avant et un exemple après. Cette technique, assez efficace, est malgré tout à mettre en œuvre avec parcimonie, car elle peut s'avérer assez lourde si elle est utilisée à répétition.

LES PROTOCOLES DE RELECTURE

Vous vous souvenez sans doute que nous avons rapidement abordé le concept des protocoles de relecture dans l'étape 4, nous y revenons ici sous la forme d'un mode d'emploi à exécuter au moment où vous en aurez besoin, et pas d'un ensemble de principes à connaître. Le protocole se divise en cinq phases, qui seront en fait cinq relectures différentes. Je m'empresse de vous dire que ces préconisations sont arbitraires, peut-être aurez-vous besoin de plus de relectures sur votre contenu avant d'en être complètement satisfait. Cela peut sembler beaucoup de travail, mais d'expérience, je vous assure que c'est le minimum.

Première relecture

Cette phase est facultative, mais c'est à mon sens ce qui peut faire la différence entre un livre moyen et un très bon livre (voire même un best-seller… Pourquoi pas…). Elle peut paraître fastidieuse et à ce titre être réservée aux passages principaux d'un livre. Elle consiste à lire un chapitre, à faire une pause d'une heure et à le réécrire à partir de ce qui vous reste en mémoire en vous concentrant uniquement sur les points

principaux. Cela va vous permettre de diminuer les lourdeurs du premier jet et de rendre votre écriture plus fluide en général.

Deuxième relecture

Lisez votre manuscrit d'une traite, sans jugement et sans corriger les fautes mineures à l'intérieur d'un chapitre. Vous pouvez tout de même corriger les fautes d'orthographe qui vous sautent aux yeux. Pendant votre lecture, notez sur un bloc-notes les corrections qui vous viennent sur la structure globale du livre. Attendez un jour. Corrigez ensuite les erreurs dans la structure du livre. Par exemple, si vous constatez que vous avez placé un concept à un endroit non optimal, c'est le moment de le déplacer. Si un moment du livre est fade, vous pouvez aussi ajouter des exemples. S'il manque des sources à un argument, vous pouvez les ajouter à ce moment. L'idée ici est d'avoir tout le matériel dont vous avez besoin dans l'ordre définitif du livre.

Troisième phase

Nous avons, à ce stade, corrigé la structure globale du livre. Attaquons-nous aux détails de ce dernier. Prenez chaque idée et vérifiez que l'argument est bien composé d'une conclusion, d'une prémisse et d'illustrations. S'il est bien composé, passez au suivant, sinon, corrigez-le.

Quatrième phase

À partir de cette étape, nous entrons dans les petits détails. Vous allez pouvoir corriger les structures de phrase et les fautes d'orthographe, tout en gardant en tête qu'un enfant de 12 ans doit pouvoir comprendre votre contenu sans avoir besoin de rechercher des mots ou des concepts sur Google.

Cinquième phase

Vous pouvez relire une dernière fois tout d'une traite et éventuellement utiliser des logiciels de correction de la langue (voir sur le site

livre.atomicthinking.fr pour en savoir plus). C'est à partir de cette phase que vous pouvez partager votre création avec d'autres personnes. Donnez votre manuscrit à relire à un petit groupe de personnes, prenez en compte leurs retours en corrigeant ce qui doit l'être, et recommencez ce processus tant qu'il reste des points de friction. Idéalement, essayez de vous entourer de lecteurs ayant le profil de votre lecteur idéal (de votre cible, en fait) pour obtenir les retours les plus pertinents. En effet, si vous ne vous entourez que de novices sur le sujet, ils risquent de trouver certains passages compliqués, et il vous sera difficile, voire contre-productif de prendre en compte leurs commentaires. En un mot, cherchez majoritairement les retours de personnes à qui vous voulez vendre votre contenu.

Et voilà, il ne vous reste plus qu'à publier ! Pour avoir des informations sur la publication de livres, d'articles, ou encore de vidéos, n'oubliez pas d'aller sur le site livre.atomicthinking.fr sur lequel vous trouverez un ensemble de ressources que j'espère adaptées à vos besoins.

SOIGNEZ VOTRE IMAGE, SOYEZ CRÉDIBLE ET CONSTRUISEZ VOTRE COMMUNAUTÉ

Parmi les nombreux facteurs qui forgent l'image d'un créateur, deux participent particulièrement à sa force de persuasion : sa crédibilité et sa pertinence. Nous allons voir ici comment améliorer ces deux facteurs, puis pourquoi créer une communauté avec vos superfans.

Pertinence

Pour augmenter votre pertinence, il vous faut aller au contact de votre audience. Demandez à vos lecteurs leurs problématiques actuelles, leurs questionnements et leurs objectifs à court, moyen, ou long terme. Pour cela, vous pouvez proposer des appels gratuits avec vous, ou encore des sondages contre un contenu exclusif. Une fois que vous avez ces réponses, répondez au maximum à leurs problématiques pour qu'ils vous considèrent comme la personne la plus à même de les amener vers leurs

objectifs. Ainsi, vous viserez juste à chaque contenu que vous publierez. N'oubliez pas que la meilleure façon de savoir si vous produisez du bon contenu est de le demander directement à votre audience.

Crédibilité

Votre crédibilité se construit dans chacun de vos contenus. En effet, il faut toujours empêcher votre lecteur d'être sceptique vis-à-vis de votre contenu. Il existe cinq grands types de scepticisme et cinq solutions à ces problèmes :

Superficiel

Le lecteur pense que vous allez redire des choses qu'il sait déjà. C'est souvent le cas des vidéos et des articles sur Internet. Alors si c'est votre médium de choix, vous devez travailler votre accroche pour esquisser les éléments de votre article dans votre introduction. Je vous renvoie vers la partie sur comment construire une bonne accroche (voir p. 167).

Non pertinent

Le lecteur pense que vous n'allez pas couvrir les éléments qui lui importent. Il est très important de lister les points que vous allez couvrir dans votre contenu au début de ce dernier. Si vous allez sur YouTube regarder une de mes vidéos, vous vous rendrez compte que j'utilise souvent les mots : « Dans cette vidéo, nous allons… » pour introduire ma vidéo. C'est en effet la manière la plus simple de capter l'attention si vous n'avez pas le temps de construire un arc narratif dans chacun de vos contenus. Avec cette formulation, le lecteur sait exactement à quoi s'attendre et s'identifie dans l'objectif du contenu.

Brouillon

Le lecteur ne supportera pas de lire des phrases mal écrites. C'est exactement le même effet que quand vous ouvrez sur YouTube une vidéo avec un mauvais son ou une image à contre-jour. Vous ne voulez pas souffrir plus longtemps. Vous pouvez causer exactement la même

impression à l'écrit. Par exemple, si vous n'aérez pas votre texte, ou que votre introduction est mal écrite, pleine de fautes, ou encore peu précise. La manière de le savoir est de demander à des proches sincères de la relire et de vous donner leurs premières impressions. Si elles sont négatives, réécrivez votre introduction pour être plus clair, succinct et intrigant. N'oubliez pas également que la mise en forme est une partie intégrante de votre contenu.

Non plausible

Le lecteur pense que vous allez mal répondre aux promesses de l'introduction. C'est aussi ce que l'on peut constater en copywriting, l'art de persuader les gens d'acheter un produit grâce aux mots. On constate souvent que, plus les promesses faites sur la page de vente sont grandes, plus le prospect se méfie du contenu. Il ne peut que se rendre compte qu'une formation de 2 heures ne pourra pas vraiment lui permettre de changer de vie. Augmenter la taille de ses promesses traduit au mieux un manque de confiance en soi, au pire une mauvaise maîtrise du sujet. C'est donc une des parties de l'équation : ne mettez pas des listes de promesses à rallonge au début de vos contenus, un ou deux bénéfices bien trouvés par rapport à votre cible suffisent. L'autre part de l'équation réside dans les arguments d'autorité. En effet, vous pouvez par exemple inclure des citations de personnes connues et reconnues qui vont dans le sens de votre propos. Par biais d'association, le lecteur associera votre propos avec le génie de ces personnes et vous accordera sa confiance pour le reste de votre contenu.

Manque de confiance

Le lecteur pense que vous n'êtes pas qualifié pour parler de ce sujet. C'est de plus en plus fréquent sur Internet, car tout le monde peut prendre la parole sur n'importe quel sujet. Ainsi, pour éviter de vous faire juger trop rapidement et être placé dans la case arnaque, vous devez convaincre votre lecteur que vous êtes digne de confiance. Si vous avez des éléments de preuve sociale (diplôme, livre, communauté, commentaires positifs, etc.), créez une page « À propos » ou faites un encart après votre introduction.

Sinon, redoublez d'efforts pour rendre votre introduction captivante, de manière à ce qu'il ne puisse pas s'arrêter de lire.

Cas pratique

Histoire personnelle : légitime à 14 ans ?

J'ai lancé mon blog sur la danse quand j'avais 14 ans. Comme vous pouvez vous en douter, à cet âge-là, tous les facteurs présentés ci-dessus sont décuplés. Dans un milieu très académique comme la danse, de nombreuses personnes ont remis en cause ma légitimité à partager mes conseils avec mon audience. Entre autres, la directrice d'un grand studio parisien m'a contacté pour me « remettre à ma place », ou encore, ma professeure de l'époque m'a accusé d'avoir plagié ses cours. Heureusement pour moi, au-delà de ces incidents qui auraient pu me déstabiliser, j'avais déjà une base de lecteurs fidèles, qui me faisaient confiance et me soutenaient. Cette confiance, je l'avais gagnée au fil de mes articles et de mes reportages, j'avais en quelque sorte prouvé ma pertinence et ma crédibilité. La seule chose qui me manquait était la preuve sociale, mais cette dernière peut être contre-balancée par un contenu d'excellente qualité. Ainsi, même un jeune de 14 ans sans diplôme peut donner des conseils de danse sur le net. Quand on démarre une activité de ce type et qu'on manque d'expérience, on accorde bien trop d'importance aux commentaires négatifs. Avec le temps, si vous décidez un jour de partager votre travail en ligne, vous verrez quel formidable booster représentent les commentaires positifs sur vos créations.

RESTEZ *TOP OF MIND*

Une fois que votre lecteur a passé un temps avec vous à consommer vos contenus, vous devez lui proposer une solution simple et rapide pour suivre vos aventures. Pour ce faire, vous pouvez créer une newsletter. Cependant, ce n'est pas adapté à tout le monde : tenir une newsletter, c'est-à-dire créer un rendez-vous régulier avec vos lecteurs, demande un engagement certain de votre part.

Néanmoins, cela vous permettra de rester « ***Top Of Mind*** ». Cela signifie que vos lecteurs, même s'ils ne lisent pas votre newsletter, se rappellent de votre existence. De cette manière, s'ils rencontrent certains des problèmes que vous adressez dans vos contenus, ils se souviendront de vous et vous feront confiance pour les résoudre.

Que mettre dans une newsletter ? Vous pouvez faire un modèle type en plusieurs sections. Par exemple une section sur vous, une section sur vos contenus préférés de la semaine, et enfin une section sur le concept qui a le plus résonné en vous. De cette manière, vous n'aurez plus qu'à prendre une heure chaque semaine pour compléter ces cases et envoyer votre newsletter à votre audience pour la tenir informée de vos projets et vos idées. Vous pouvez aussi trouver d'autres canaux de communication qui vous correspondent mieux, le tout étant de garder un lien avec votre audience.

Créer une communauté de superfans

Les superfans, ce sont des lecteurs dont vous avez :

- La **confiance**. Ils vous croient capables de les aider et ils associent votre image non seulement à vos produits mais aussi à un sentiment de qualité et de pertinence.
- **L'attention**. Ils lisent tous vos contenus et ressentent un manque quand vous n'en publiez plus.
- Le **respect**. Ils sentent qu'il existe un respect mutuel entre eux et vous. Vous les respectez et ils vous respectent pour ce que vous faites, qui vous êtes, et l'attention que vous leur portez.

Les superfans sont les clients qui seraient prêts à payer pour vous voir ne serait-ce que 10 minutes dans une conférence. Ils seraient prêts à voyager jusqu'à l'autre bout de la France pour vous voir sur scène. Ce sont les 20 % de la loi de Pareto qui vont vous apporter 80 % de vos résultats.

> ***« Les gens adorent que nous leur dévoilions nos secrets et, parfois, si nous sommes futés, ils achètent nos produits pour nous récompenser. »***
>
> **Austin Kleon**

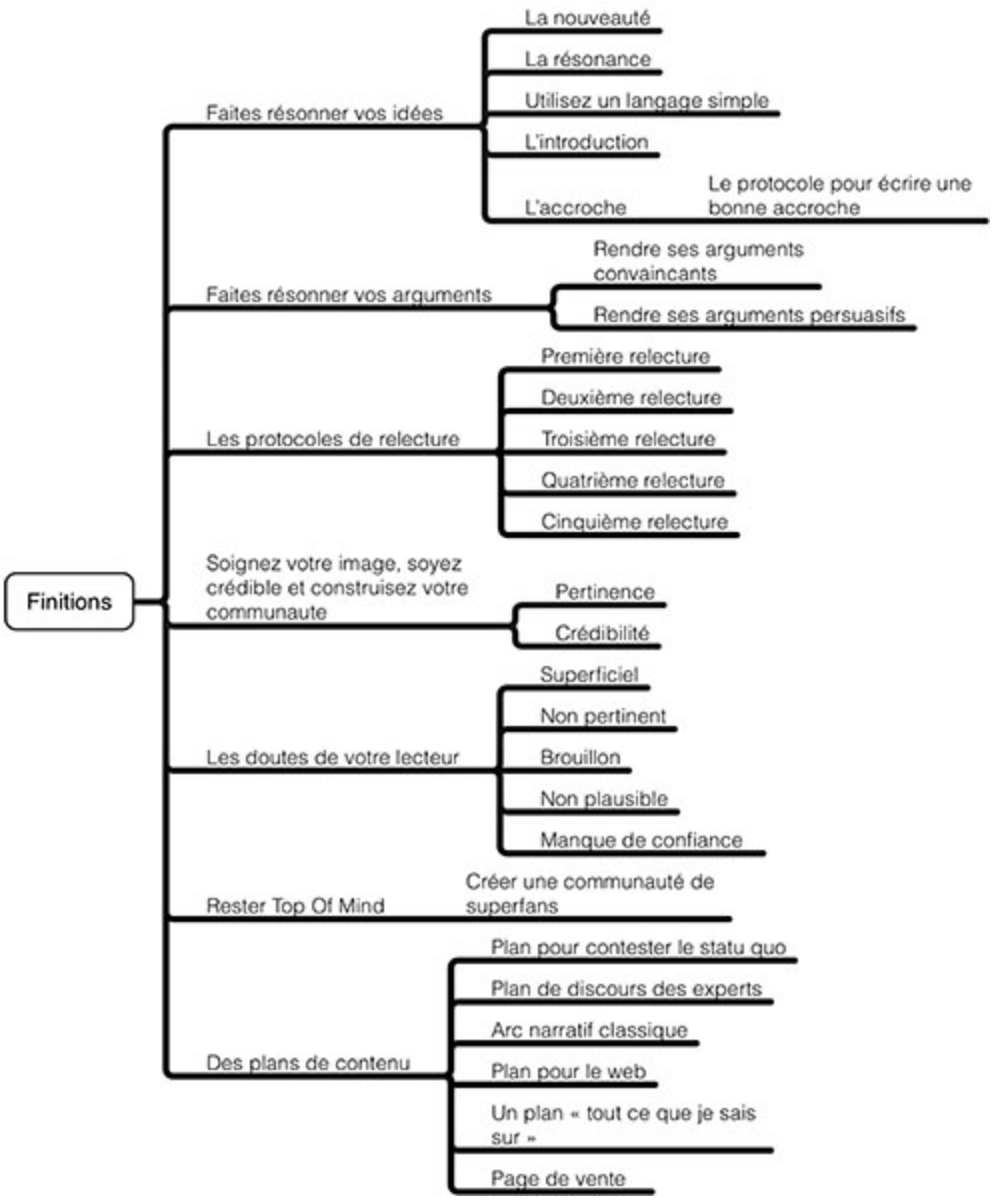
Certains articles avancent même qu'il est possible de vivre avec seulement 1 000 superfans, voire 100[1].

Pour créer une communauté de superfans, il faut définir un monde dans lequel ils se sentent bien. Il faut leur donner des valeurs, un but, des ennemis et une bataille. Pour définir cela, rien de mieux que de créer un

manifeste fondateur de votre mouvement pour donner à vos lecteurs la possibilité de prendre part à votre lutte. Pour en construire un, je vous recommande le plan pour faire un manifeste que j'ai inclus ci-après dans ce livre, à la page 181, tout comme 5 autres plans de contenu.

> ### Pour résumer
>
> En trois phrases, je dirais qu'en tant que créateur, votre business model est le suivant :
>
> - vous créez du contenu pour une audience ;
> - grâce à la qualité de ce contenu vous allez gagner la confiance de cette audience ;
> - et enfin vous vendez cette confiance à des annonceurs pour qu'ils puissent diffuser des publicités sur vos contenus.
>
> Mais attention, une règle d'or est de toujours cultiver cette confiance, de ne jamais la trahir.

En complément de ce résumé succinct, je vous propose également un récapitulatif visuel des différents concepts que nous avons explorés. Évidemment, pour rester fidèles à nos préceptes, je vous invite à essayer de résumer mentalement les différentes branches.



Carte mentale représentative de l'étape « Atelier ».

DES PLANS DE CONTENU

Pour vous aider dans vos premières créations, j'ai rassemblé les plans de contenu que j'utilise au quotidien. N'hésitez pas à les prendre en photo ou à les surligner si vous lisez la version numérique de ce livre. Vous les retrouverez également sur livre.atomicthinking.fr en tant que modèles à compléter.

Plan pour contester le statu quo

1. Déclarez que la vision actuelle du monde du lecteur est fausse. ***Point d'appui***
2. Déterminez à quel point le fait que tant de personnes se trompent à ce sujet blesse notre monde. ***Point d'appui***
3. Déterminez ce qui est nécessaire pour que chacun change d'avis. ***Point d'appui***
4. Prédisez comment le monde sera différent une fois la transition terminée. ***Point d'appui***
5. Explorez les sous-produits passionnants du monde différent. ***Point d'appui***

Plan de discours des experts

1. Voilà ce que nous savons.
   1.1 Prenez du recul sur l'actualité, vous avez sélectionné les informations les plus pertinentes et vous en faites un état des lieux.

2. Voilà ce que nous ne savons pas.
   2.1 Amenez votre public à la prudence, nuancez le tableau.

3. Prenons du recul.
   3.1 Regardez dans l'histoire et dans votre expérience les événements similaires et ayez un regard avisé sur la situation.

4. Voilà ce que je compte faire.
   4.1 Donnez vos conseils, dites ce que vous allez faire, prenez des décisions.

Arc narratif classique

a. Situation initiale (il était une fois).
b. Élément perturbateur (quand soudain !).

c. Péripétie (vont-ils s'en sortir ?).

d. Résolution (heureusement, ils surent utiliser telle ou telle ressource).

Répéter ce cercle autant de fois que l'on veut

e. Morale (la prochaine fois que vous serez dans telle situation, vous pourrez aussi…).

Plan pour le web

1. **Introduction**
   - 1.1 Capter l'attention : une phrase d'accroche choc (« Je ne pensais pas », « Je n'aurais jamais imaginé »).
   - 1.2 Susciter l'intérêt : je vais apprendre quelque chose qui m'est vraiment utile.
   - 1.3 Provoquer le désir : dévoiler ce qui va se passer par la suite sans dévoiler l'ensemble de la vidéo.
     - 1.3.1 Vous allez découvrir les trois secrets du charisme.
2. **Entrée en matière**
   - 2.1 Donner du contexte et donner des explications globales nécessaires à la compréhension de la vidéo.
3. **Développement**
   - 3.1 En se servant de la liste des choses utiles pour le spectateur :

     Premier problème = Première solution mais qui entraîne un autre problème.

     Deuxième problème = Deuxième solution mais qui entraîne un autre problème.
   - 3.2 ***Répéter ce cercle autant de fois que nécessaire***
   - 3.3 Il est nécessaire de maintenir le suspens entre les parties.
4. **Péroraison**
   - 4.1 Rendre le discours mémorable.
     - 4.1.1 Reformuler un résumé du contenu stylisé.

4.1.2 Par exemple : rendre les grands principes mémorables avec des rimes.

4.2 Montrer que l'on a bien progressé mais que l'on peut aller encore plus loin dans un autre contenu.

Un plan « tout ce que je sais sur »

- Tout ce que vous avez besoin de savoir.
- Tout ce que vous avez besoin d'avoir.
- Tout ce que vous avez besoin de faire.
- Ce que vous devez garder en tête.

Page de vente

1. **Le problème**
   - 1.1 Quel est le problème que votre prospect veut résoudre ? Soyez le plus précis possible.
   - 1.2 En quoi ce problème affecte-t-il sa vie quotidienne ?
   - 1.3 Dans quelles situations concrètes est-il le plus douloureux ?
   - 1.4 Quelle est la source du problème ?
   - 1.5 Pourquoi est-il aussi difficile à résoudre ?
   - 1.6 Pourquoi les solutions que le prospect a essayées par le passé n'ont-elles pas marché ?

2. **La solution**
   - 2.1 Quelle est la solution au problème du prospect ?
   - 2.2 Comment la solution répond-elle à la source du problème (mieux que les alternatives) ?
   - 2.3 Comment pouvez-vous prouver que la solution fonctionne ? (Témoignages clients, statistiques, anecdotes, études de cas, analogies, études scientifiques…)

3. **Le résultat**

3.1 Comment votre solution va-t-elle transformer la vie de votre prospect ?

3.2 Quel résultat va-t-il accomplir ?

3.3 Quelles émotions va-t-il ressentir ?

3.4 Les gens vont-ils le traiter différemment ?

3.5 Par contraste, que se passerait-il si votre prospect ne passait pas à l'action ?

3.6 Comment son problème continuerait-il à empirer ?

4. **L'appel à l'action**

4.1 Qu'est-ce que votre prospect devrait faire dès maintenant pour avancer vers une solution à son problème ? (Exemples : acheter votre produit, demander un devis, rejoindre votre liste e-mail…)

4.2 Pourquoi le prospect devrait-il agir maintenant ? (Offre à durée limitée, promotion, problème urgent…)

4.3 Qu'est-ce qui empêche encore le prospect de passer à l'action ?

4.4 Comment pouvez-vous résoudre ces blocages un par un ?

1. Voir la théorie des « 1 000 vrais fans » de Kevin Kelly.

Étape 6

L’ORGANISATION

6. ORGANISATION

Cette sixième étape représente le commandement du système.

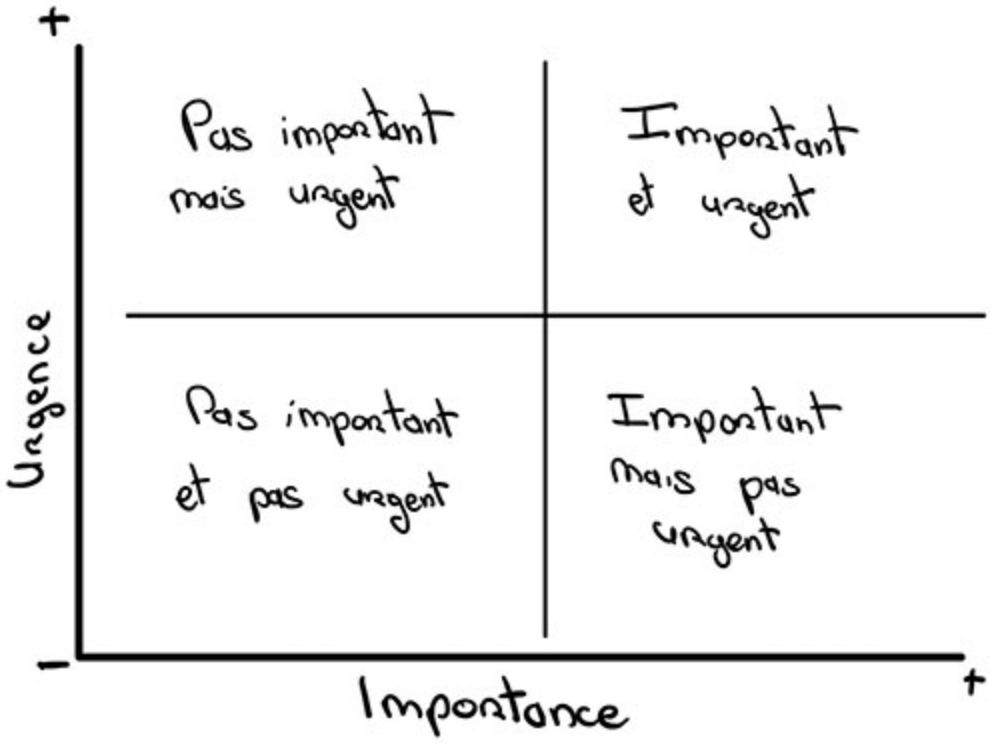
Grâce à cette étape, vous allez apprendre les meilleurs principes de productivité, et le système exact à mettre en place pour vous organiser.

On m’a souvent demandé pourquoi j’inclus un module sur la productivité et l’organisation dans mes formations sur la gestion des connaissances. C’est donc sans hésitation que je commence cette partie en traitant cette question, car les réponses apportées sont indispensables au bon fonctionnement du système.

Comme je l’ai déjà dit précédemment dans ce livre, un bon système est un système dans lequel on peut avoir confiance. Un système qui prend en charge tous les détails pour que l’on puisse s’occuper des tâches importantes et non urgentes. En effet, ces tâches sont les actions à haute valeur ajoutée qui vous permettront d’avoir le plus grand impact sur votre vie. Pour vous expliquer ce qu’est une tâche importante et non urgente, je vais vous présenter mon outil favori en productivité : la matrice d’Eisenhower.

LES PRINCIPES DE PRODUCTIVITÉ

La matrice d'Eisenhower



Représentation visuelle de la matrice d'Eisenhower.

Cette matrice est construite selon deux axes : urgence et importance. Comme vous pouvez le voir, vous avez en haut à droite les tâches urgentes et importantes et en bas à gauche les tâches non urgentes et non importantes. Détaillons les quatre catégories d'actions qui se dégagent de cette matrice :

- **Urgent et important** : ce sont les tâches qui relèvent souvent d'impératifs dans le court terme, comme des deadlines de projets, par exemple.
- **Non urgent et important** : votre apprentissage, votre création et votre prise de notes se trouveront toujours dans ce quadrant. C'est le quadrant que l'on ignore souvent, car rien ne nous oblige à faire ces actions, qui

sont souvent peu plaisantes sur le court terme, mais qui auront un impact non négligeable à long terme. Par exemple, apprendre de nouvelles choses, résumer un livre, ou encore écrire des articles de blog. Les techniques que je vais partager avec vous auront pour but de vous dégager du temps pour effectuer ces actions.

- **Urgent et non important** : il s'agit souvent ici de tâches sur lesquelles vous n'avez aucune valeur ajoutée, mais qui sont à faire. C'est aussi dans cette catégorie que l'on retrouvera les contraintes imposées par des entités extérieures comme l'État (avec les impôts) ou encore vos collaborateurs (avec des réunions plus ou moins utiles). Vous y trouverez aussi des tâches « d'exécution », comme par exemple la mise en ligne d'un article de blog ou d'une vidéo YouTube. Ce sont des tâches que vous n'aimez pas faire, mais qui doivent être faites. La clé pour ces dernières, si cela est possible, est de les déléguer au maximum. Dès que vous avez les moyens de déléguer ces tâches, je vous suggère de le faire sans hésiter pour augmenter votre temps disponible dans une journée. Une autre règle est de traiter toute action qui est réalisable en moins de deux minutes directement après l'avoir identifiée.
- **Non urgent et non important** : si vous avez des tâches dans cette case, alors ne les faites tout simplement pas, ou essayez de diminuer leur impact sur votre emploi du temps.

Vous l'aurez compris, cette matrice à quatre quadrants nous permet d'assigner une priorité à chaque tâche qui s'ajoute à notre liste de choses à faire ; elle est à considérer comme une véritable aide à la décision. Vous allez découvrir ici des techniques d'organisation et de priorisation qui vous permettront de faire passer les choses importantes avant les choses urgentes.

Il ne faut jamais attendre d'avoir du temps

On ne trouve pas le temps dans une poche, on ne peut pas l'acheter non plus. Le temps est un élément fini et limité qui va se répartir en fonction des actions que l'on va prioriser. Un constat : nous sommes naturellement terribles pour ce qui est de prioriser nos tâches. En effet, nous avons fréquemment à la fois un problème de manque d'organisation et un

problème de manque d'intentionnalité dans la distribution de notre attention. Attardons-nous d'abord sur ce second point.

L'attention

Nous en avons déjà parlé, nous sommes dans une économie de l'attention. Le succès d'un projet est désormais décorrélé du temps de travail passé à le réaliser, mais est directement dépendant du nombre de personnes dont nous arrivons à capter l'attention. Si je suis resté très vague jusqu'ici sur la définition de l'attention, je vais maintenant la préciser. Il existe deux types d'attention : l'attention stimulée et l'attention dirigée.

L'attention dirigée est orientée vers des objectifs internes. Elle va, par exemple, consister à lire un journal avec un objectif précis en tête en repérant les articles les plus intéressants par rapport à son objectif. Elle est étudiée par les sciences cognitives pour mieux consommer du contenu et passer une vie plus heureuse.

Au contraire, l'attention stimulée ne répond pas à des objectifs internes, mais elle est captée par des stimuli externes. Il s'agira par exemple d'aller sur YouTube sans savoir quoi regarder et de se laisser guider par les meilleures miniatures sur son écran d'accueil. Ce type d'attention n'est pas intentionnel et conduit souvent à une perte de temps, ainsi qu'à un sentiment d'inutilité et d'insatisfaction. Certaines études ont en effet montré que le loisir non planifié mène souvent à un sentiment d'insatisfaction contrairement à une séance de divertissement planifiée avec un but clair, qui nous amène un sentiment d'accomplissement. Ce deuxième type d'attention est surtout étudié par le marketing pour capter l'attention de nos prospects[1].

Aujourd'hui, si vous arrivez à maîtriser ces deux types d'attentions, vous êtes une personne extraordinaire ! En effet, si vous arrivez à diriger votre attention personnelle vers des actions qui vous rapprocheront de vos objectifs à long terme et que vous arrivez à capter l'attention de vos prospects en maîtrisant l'art du marketing, alors vous pourrez apprendre de nouvelles choses, les articuler en produits, en perspectives, et convaincre vos prospects de les acheter. Ce chapitre n'est pas centré sur le marketing – si vous voulez en apprendre plus sur ce thème, je vous conseille les

excellents livres de Seth Godin – mais sur la productivité, autrement dit la gestion de notre réserve d'attention personnelle.

Comme nous l'avons vu précédemment, le temps est une ressource finie, tout comme notre attention d'ailleurs. En effet, je dispose personnellement de 4 heures d'attention active chaque jour. J'ai donc tout intérêt à les utiliser à bon escient. Nous devons reprendre le contrôle de notre attention, la diriger vers nos objectifs à long terme, et arrêter de laisser des entités externes nous la phagocyter grâce à des stimuli. Comment faire ? Utiliser des méthodes d'organisation. Des principes qui nous permettront en quelque sorte de favoriser notre attention dirigée au détriment de notre attention stimulée, de mieux gérer notre temps, en somme.

L'organisation

Comprendre l'importance de l'organisation, c'est aussi comprendre que **la motivation vient en faisant l'action.** En effet, il existe un véritable mythe autour de cette thématique de la motivation. Mythe qui a d'ailleurs permis de générer des millions de dollars de vente de livres et de formations, et qui est basé sur une vision erronée de la réalité. Ce qui nous manque, pour être productif, c'est la discipline et la rigueur. C'est ce que nous apporte une bonne organisation.

En fait, le concept de la motivation vient se glisser entre la pensée et l'action (tout comme les sentiments). Dans l'idéal, il faudrait pouvoir passer de la pensée à l'action sans interroger ses sentiments. La motivation venant quand on commence à faire l'action. **Ainsi, si ne pas avoir de motivation peut sembler mauvais, ne pas avoir besoin de motivation pour travailler est se mettre assurément sur la voie du succès**[2]**.**

J'arrêterai là cet éclairage sur la motivation qui n'avait pour autre objectif que de vous faire comprendre l'influence du système que vous allez mettre en place sur votre productivité. En effet, plutôt qu'un système rigide qui s'impose sur votre vie, nous allons voir comment créer un système dans lequel vous pourrez travailler en avançant vers vos objectifs, quelle que soit votre envie du moment. Pour ce faire, voici les principes à connaître en productivité personnelle mais aussi les principes qui font un bon

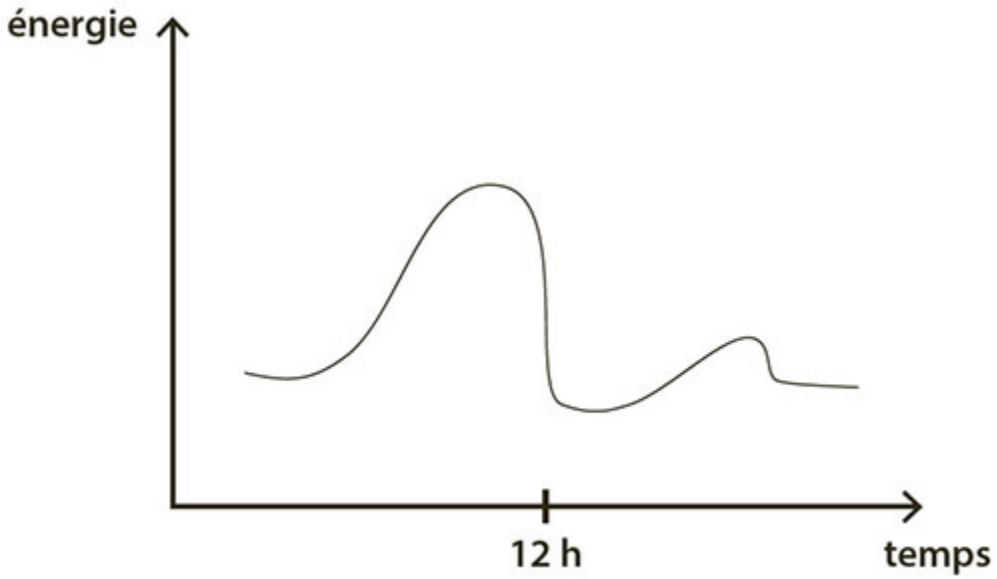
système d'organisation, bref, tous les éléments pour vous permettre de construire un système qui vous est adapté.

Un système ne peut être séparé de son environnement

Un système est toujours dépendant de son environnement. Aussi, avoir un système de gestion des connaissances sans l'organisation adaptée pour assurer l'interface avec son environnement ne donnera jamais de résultats. Vous aurez beau avoir un système très efficace pour prendre des notes et créer des contenus, si vous ne trouvez pas assez de temps pour vous y consacrer, alors vous produirez peu de contenu. Élaborer un système clos serait assurément un problème. Par exemple, un système comme le corps humain est dépendant de son environnement et ouvert sur ce dernier. Les molécules du corps humain se renouvellent sans cesse grâce à notre environnement, et sans cette ouverture sur l'extérieur, pas de survie possible. En prenant encore un peu plus de hauteur je dirais qu'il faut toujours essayer de voir, de concevoir le système dans sa globalité. Ainsi, s'agissant de la gestion des connaissances, il s'agit de s'intéresser non seulement à l'environnement comme nous venons de le voir, mais aussi, conjointement, à l'organisation de notre système. Ces deux piliers seront les sujets des prochaines pages de ce livre.

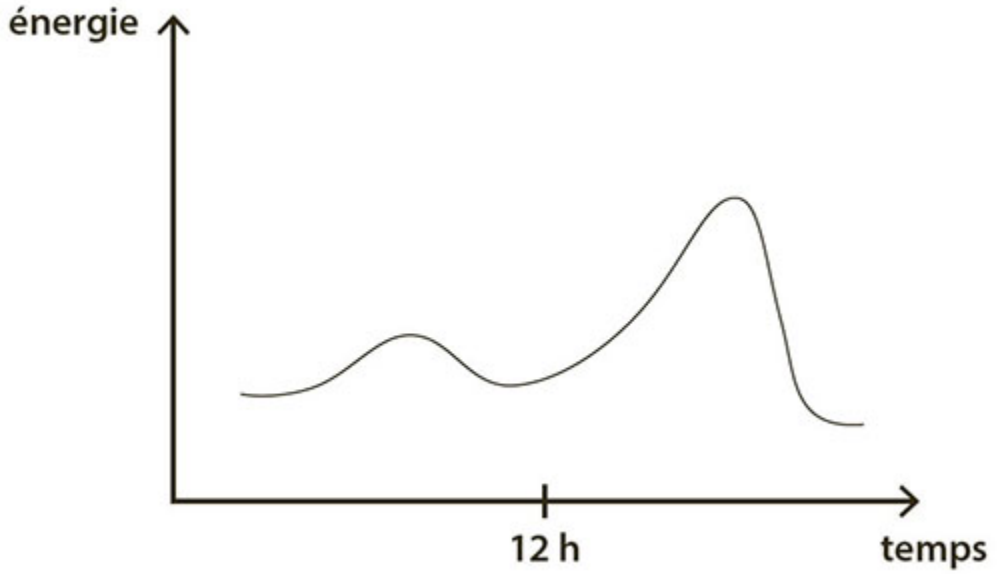
Il faut savoir inclure sa biologie et ses contraintes dans un système

La grande et passionnante diversité humaine fait que nous sommes tous différents. À ce titre, nos rythmes biologiques propres auront un impact non négligeable sur la productivité de notre système. Il est important d'apprendre à les reconnaître et à les connaître pour constituer une structure qui s'adapte à notre propre rythme. À commencer par son niveau d'énergie en fonction du temps. Il y a, en général, deux types de profils d'énergie :



Premier type de profil énergétique.

L’un a un grand pic de motivation le matin et un petit rebond le soir.



Second type de profil énergétique.

L’autre a un grand pic de motivation dans l’après-midi et un petit bond le matin.

À vous de tracer votre graphique, en fonction des observations que vous pouvez faire au quotidien sur votre niveau d’énergie. Vous pouvez ainsi

tracer les fluctuations de votre niveau d'énergie dans un carnet pendant une semaine pour caractériser votre propre profil.

Ensuite, il va s'agir de prioriser certaines actions, comme la création, quand on a un pic d'énergie et laisser les actions administratives pour les moments de creux. Dans mon cas par exemple, je laisse la rédaction de mon livre aux premières heures de la journée pour être le plus créatif possible. Par expérience, je sais que si je rate le pic de la création, il est inutile d'y revenir l'après-midi car je n'aurai plus l'énergie nécessaire. La prise en compte de votre rythme biologique est importante pour vous faire gagner en productivité mais aussi en plaisir de travail.

En fait, je pense même qu'on peut aller plus loin et définir des actions que l'on va faire à l'intérieur du système en fonction de son émotion. Par exemple, quand vous vous sentez surchargé, vous pouvez aller faire du sport pour vous remettre les idées en place. Si vous êtes pensif, alors vous allez peut-être préférer créer du contenu. Voici les actions que j'exécute en fonction de mes émotions présentées sous forme de tableau (je sais, vous vous dites que je suis un rabat-joie à catégoriser des émotions dans un tableau, comme si nous étions des machines. Mais comprenez-moi bien, le seul but de ce petit visuel est au contraire de vous montrer, de vous faire sentir, de vous autoriser à une certaine flexibilité, à être à l'écoute de vos émotions pour plus de plaisir dans le travail. Ce n'est ni plus ni moins qu'une mise en application de ce que j'ai appelé précédemment une « structure flexible » dans laquelle on travaille en fonction de notre émotion, plutôt qu'un plan rigide qui nous dicte quoi faire).

Émotion	Action
Surchargé	Faire du sport
Curieux, besoin de réfléchir	Apprendre ou gérer ses connaissances
Fatigue, ennui	Faire des actions d'exécution (administratives)
Créatif, pensif	Écrire un contenu

Idées d'actions à effectuer en fonction de l'émotion.

Les différentes attentions dans une action

Plus on effectue de tâches en simultané, moins on est productif, mais plus le sentiment que l'on accomplit quelque chose augmente[3]. C'est l'un des plus grands problèmes du XXIe siècle et pour s'en prémunir, il faut intégrer le principe des différents types d'attention.

Notez bien que nous ne parlons pas ici d'activité, mais bien d'attention. C'est totalement différent. Par exemple, au moment où j'écris ce livre, j'effectue la tâche écriture. Je sais que la tâche écriture comporte plusieurs types d'attention. Il y a celui dans lequel je suis actuellement, à savoir écrire, mais il y a aussi celui d'organisation des pensées, que j'ai fait en amont, et puis il y aura celui de relecture, que je ferai une fois que j'aurai entièrement rédigé le livre. En effet, comme nous l'avons déjà évoqué, je ne mélange jamais les tâches d'écriture et de relecture. Par exemple, je ne lis jamais ce que j'ai écrit sur la ligne du dessus. En fait, je considère ces trois attentions comme des tâches séparées qui ne doivent jamais être mélangées. En effet, en changeant constamment de mode et en relisant ce que l'on vient à peine d'écrire, nous ralentissons la rédaction de notre texte. Le changement d'attention vient simplement perturber notre progression, nous ralentir, même s'il s'agit de la réalisation d'une seule et même tâche. On pourrait aussi prendre l'exemple de la tâche lecture pour illustrer ce point. En effet, la prise de notes, la réflexion et la lecture pure sont les trois types d'attention de la lecture, et il est indispensable de toujours les associer à la tâche lecture. Cependant, exercer les trois en même temps et passer constamment de l'un à l'autre va drastiquement diminuer votre compréhension du livre, et votre vitesse dans l'exécution de la tâche lecture.

En première approche, tout cela pourrait paraître contre-intuitif, mais j'espère vous avoir convaincu que pour maximiser votre productivité, il faut simplement faire moins à la fois… mais plus dans l'ensemble.

Ceci dit, d'aucuns disent que la capacité à changer d'attention est un facteur très important de l'intelligence d'une personne. Les génies ont en effet une capacité impressionnante pour penser à un problème précis, et puis générer de nouvelles idées le moment d'après. Cette capacité de changement rapide d'attention semble donc favoriser l'émergence de nouvelles idées[4].

Nous venons de voir que la quantité de travail effectué diminue significativement avec le ***multitasking***, mais ce n'est pas le seul aspect impacté. En effet, la qualité peut elle aussi être amoindrie. Dit autrement, le changement trop fréquent de type d'attention risque de ne pas vous permettre d'atteindre le niveau de performance optimale, le ***flow***.

Le ***flow*** est un état de pleine concentration, de symbiose avec le travail actuel, durant lequel on ne perçoit plus le temps passé. Vous savez, c'est cet état très particulier que vous vivez quand vous êtes complètement immergé dans l'action que vous êtes en train de faire, que ce soit lire un livre, peindre un tableau, ou encore discuter avec des amis. C'est dans cet état que vous ferez vos meilleures productions. On s'en doute un peu, cet état est difficile à atteindre quand vous changez constamment d'attention, car en agissant ainsi, vous n'êtes jamais pleinement immergé et votre qualité de travail en est diminuée.

Le psychiatre Jean Cottraux a identifié douze configurations majeures propices à nous faire rentrer dans le ***flow*** lors de l'exécution d'une tâche :

1. La tâche est difficile, mais demeure réalisable et représente un défi par rapport à la vie banale.
2. Elle sort du quotidien et guérit de l'ennui.
3. La concentration sur la tâche est au maximum.
4. Le but recherché est clair et bien défini.
5. L'action possède des conséquences perceptibles immédiatement.
6. L'engagement de la personne dans la tâche est complet.
7. La personne ressent un sentiment de maîtrise et de contrôle de ses actions.
8. Elle se perçoit temporairement comme invulnérable : c'est le fonctionnement héroïque.
9. La préoccupation de soi disparaît pendant l'action dans laquelle le sujet est totalement immergé : le sujet fait corps avec la machine qu'il conduit ou bien avec l'instrument dont il joue.
10. La perception de la durée est altérée : la distorsion du temps peut aller dans un sens du temps plus court ou plus long. Mais l'activité elle-

même requiert une exacte perception du temps, il est nécessaire d'avoir conscience de celui-ci.

11. Le sens de soi et la conscience positive de soi se trouvent renforcés après l'action. Les conséquences positives du flux renforcent la répétition de l'action, car le sentiment de maîtrise est gratifiant.
12. Le plaisir ressenti va conduire la personne qui a connu le flux à chercher à retrouver les mêmes sensations.

Mais quel est le rapport avec les caractéristiques d'un bon système me direz-vous ? Eh bien une fois que l'on connaît le principe des types d'attention et que l'on sait que lorsqu'on en change trop souvent, la qualité et la quantité de notre production peuvent être diminuées, alors il faut prendre en compte ce facteur lors de l'élaboration de notre système. Il s'agit de favoriser les plages de travail à une seule attention.

LES PRINCIPES GÉNÉRAUX

Nous venons de voir quelques éléments, quelques leviers nous permettant d'optimiser notre système. Nous allons maintenant aborder des principes de productivité plus généraux, qui seront également plus concrets.

La loi de Parkinson

On en a déjà parlé dans le cadre de la définition d'un objectif d'écriture : le travail s'étend pour remplir le temps qu'on lui alloue. C'est certainement un patron tyrannique qui a fait cette découverte : si vous donnez une heure à une personne pour effectuer une tâche, elle utilisera tout ce temps pour l'effectuer, même si cette dernière aurait pu être effectuée en vingt minutes. C'est ce qui m'est arrivé pour l'écriture de ce livre. Au départ, je me suis accordé deux ans pour mener à bien ce projet, sans autre contrainte. En procédant ainsi, sans m'assigner de créneau précis pour l'écriture, et avec un délai aussi long, le projet n'avançait pas. J'ai ensuite avancé la date finale de rendu du manuscrit au 20 août, date de mon anniversaire, le délai étant beaucoup plus court, et j'ai réellement commencé à écrire. Ainsi, ne vous sous-estimez pas sur les dates de rendu

de vos projets. Il vaut mieux se donner à fond et avoir un petit peu de retard que de se donner trop de temps, de procrastiner, voire de ne jamais commencer.

La définition de la productivité

Peut-être aurions-nous pu commencer par cette définition. Mais vous allez voir que cette dernière tombe fort à propos pour la suite de nos réflexions. La productivité donc, à l'échelle individuelle, c'est faire plus de choses qui nous rapprochent de nos objectifs à long terme et moins d'actions qui nous en éloignent. Concrètement, il y a plusieurs facteurs à prendre en compte pour être productif. Il est avant tout primordial de définir ses objectifs à long terme, de même que sa vision et ses priorités. Et enfin, il faut aussi prendre soin de prioriser et d'organiser ses journées. Si vous le voulez bien, intéressons-nous d'abord au premier point.

Comment définir ses priorités ?

S'agissant des objectifs à long terme, vous pourriez vous demander : « Où est-ce que j'aimerais être dans cinq ans ? » Je vous invite ensuite à dégager environ quatre thèmes pour lesquels vous allez préciser ces objectifs à long terme. Par exemple, dans cinq ans je me vois écrivain, et mon objectif est donc d'avoir publié deux livres. À partir de ces objectifs, il faut trouver une donnée représentative de votre progrès que vous pouvez surveiller quotidiennement. Par exemple pour l'écriture, ce sera le nombre de mots écrits chaque jour. Pour finir, il vous suffit de bloquer chaque jour le temps nécessaire pour accomplir l'objectif désiré. Par exemple, pour publier deux livres en cinq ans, j'aurai besoin d'écrire deux mille mots par semaine…

Comment prioriser ses journées ?

Maintenant que nous avons défini nos objectifs à l'échelle macro, il nous faut revenir au micro pour que nos priorités ruissellent dans notre emploi du temps. Quand on priorise pour nos activités à long terme, on sacrifie nécessairement quelque part certaines des tâches qui nous apportent normalement de la gratification immédiate. En effet, les tâches qui seront

les meilleures pour notre projet à long terme, ne seront pas nécessairement les plus plaisantes à court terme. Par exemple, j'aime me voir comme un écrivain, mais je n'aime pas taper tous les jours sur mon clavier. Cette différence entre ce qui nous fait plaisir à court terme et ce qui est bon pour nous à long terme crée en nous un paradoxe en ce sens que notre système naturel nous incitera toujours à faire ce qui nous apporte le plus de plaisir dans l'immédiat. L'idée est ici de pallier cette propension naturelle à aller vers les activités nous procurant de la gratification immédiate par une organisation compensatoire de notre emploi du temps. En effet, si on se questionne le matin même sur ce qu'on veut accomplir dans une journée, on va souvent prioriser les actions les moins optimales (les plus gratifiantes). Ma proposition est donc de créer une organisation hebdomadaire et de la revoir chaque soir. On va par exemple, chaque vendredi, décider des objectifs principaux pour la semaine suivante et ensuite assigner des blocs de temps ciblés et concrets dans notre calendrier (pourquoi ces blocs ? voyons cela juste après).

Pourquoi bloquer des blocs de temps ?

La plupart des personnes voulant gagner en productivité vont ouvrir un compte sur une application de liste de tâches et se contenteront d'y inscrire au fur et à mesure de leur journée toutes les actions à accomplir. C'est un excellent début, mais je pense qu'il faut aller plus loin si l'on veut réussir à prioriser les actions importantes, et pas seulement les actions urgentes. Je m'explique : sur une liste de tâches brute, les actions « sortir la poubelle » et « écrire un article » auront la même importance, alors que ce sont deux tâches, vous en conviendrez, radicalement différentes. Votre cerveau, là aussi, cherchera à effectuer les tâches les plus faciles avant les plus difficiles, limitant ainsi le temps pour accomplir les actions importantes[5]. Pour réussir à œuvrer prioritairement sur les actions importantes, il faut leur assigner un bloc de temps dans votre calendrier. Par exemple, pour écrire ce livre, je bloque deux heures chaque matin au réveil pour être sûr que, même si le reste de ma journée est peu productif, j'aurai malgré tout avancé sur mes objectifs à long terme.

Comment bloquer des blocs de temps ?

Comme nous l'avons dit, vous devez prendre le temps nécessaire (jusqu'à deux heures) chaque semaine pour définir votre emploi du temps pour la semaine suivante. L'idée ici n'est pas de ne plus laisser de place à la spontanéité (souvenez-vous qu'on se laisse la possibilité de revoir ce document chaque soir…), mais bien d'avoir une vue d'ensemble sur les objectifs à accomplir la semaine suivante. Prioriser n'est pas toujours chose facile, aussi je vous propose une aide pour définir, pour positionner ces blocs de temps. Par ordre de priorité, vous devriez positionner dans votre planning :

1. Les choses que vous ne pouvez pas éviter ou qui dépendent d'autres personnes. Par exemple : aller en rendez-vous, faire les courses ou encore aller chercher ses enfants à l'école…
2. Une fois que l'on a inscrit ces contraintes, il nous faut définir les grandes plages de travail, par exemple écriture, lecture, tournage, etc. Vous devez ici planifier ces plages en fonction de vos objectifs à long terme.
3. Pour finir, vous pouvez ajouter, si vous le souhaitez, des tâches plus précises dans ces grands blocs. Par exemple, si vous avez une plage, un bloc freelance de trois heures dans votre calendrier, vous pourrez y ajouter « faire le site de tel client » ou encore « faire de la prospection ».

Une fois cet important travail effectué, il vous reste à faire vivre cette structure hebdomadaire, à la modifier au fil des jours et des imprévus. Je vous conseille également de laisser une journée ou une demi-journée libre pour les actions qui n'auront pas pu être faites plus tôt dans la semaine. Si vous n'avez jamais utilisé ces techniques de ***Time Blocking***, vous aurez comme tout le monde tendance à sous-estimer le temps dont vous avez réellement besoin pour faire une tâche. Je vous conseille donc de bloquer le double du temps dont vous pensez avoir besoin pour faire une tâche au début, vous pourrez ensuite réduire cette marge.

Comment optimiser le temps à l'intérieur des blocs de temps ?

Bien sûr, il n'y a pas de vérité absolue quant à la durée de vos plages de travail, vous pouvez choisir de bloquer des blocs de trente minutes ou bien

de trois heures, l'essentiel est de trouver ce qui est adapté à votre personnalité. Pour ma part, je choisis souvent de bloquer une plage de trois heures le matin et une autre de trois heures dans l'après-midi. Mais en vérité, je suis, comme vous, incapable de garder une attention dirigée vers une activité pendant tout ce temps. C'est pourquoi j'utilise une méthode assez simple : la méthode Pomodoro. C'est un timer qui rythme pour vous des périodes de concentration et de récupération. Dans mon cas, j'essaye de faire cinquante minutes de travail et dix minutes de pause complète, durant laquelle je vais marcher, boire, m'étirer ou méditer. Attention toutefois à un biais important : le téléphone ! Si je prends mon téléphone pendant cette période de pause, je vais diminuer ma concentration et j'aurai plus de mal à me remettre au travail ensuite. Pour que votre bloc de temps soit le plus productif possible, je vais vous donner quelques conseils :

- Mettez votre téléphone en silencieux à l'autre bout de la pièce. Je n'emmène ainsi jamais mon téléphone dans mon bureau.
- Éliminez les distractions sonores, humaines et visuelles dérangeantes. Par dérangeantes, j'entends qui sont présentes par intermittence. Je travaille ainsi fréquemment face à une fenêtre avec de la musique dans mes oreilles. Ce sont des éléments de mon environnement qui varient très peu. Ils n'entravent donc pratiquement pas ma concentration. En revanche, un téléphone qui me propose des notifications par intermittence ou encore des discussions proches pourraient me déconcentrer beaucoup plus facilement.
- Modelez votre environnement pour maximiser votre productivité. Augmentez la friction pour les actions que vous ne voulez pas faire et diminuez-la pour les actions que vous voulez faire. Par exemple, j'ai toujours un livre à portée de main et je n'ai pas l'application YouTube sur mon iPad…

Que faire quand le temps nous échappe ?

C'est une situation que nous avons tous vécue et elle peut être stressante quand on a un objectif à atteindre avec des échéances fixes. Il ne faut pas paniquer. Vous pourriez vous dire que votre système est inefficace puisqu'il vous a mené dans cette situation, mais c'est aussi le propre de ce

système que de ne pas refléter la réalité. Nous en avons déjà parlé, il faut que ce soit un outil avec lequel vous travaillez et non pas un planning rigide qui ajoute de la contrainte. Ainsi, quand vous n'arrivez pas à tenir exactement le planning que vous aviez défini, ne vous inquiétez pas et prenez vingt minutes pour planifier de nouveau les tâches importantes. Et n'oubliez pas : ce n'est pas grave ! Si vous tombez dans la culpabilité et que vous commencez à douter (de vous et de votre système), alors vous n'arriverez pas à maintenir ce système sur la durée.

Traquer et améliorer son système

Il faut essayer, si vous le pouvez, de traquer votre temps. En effet, cela vous permettra de disposer de données objectives pour analyser factuellement votre semaine. En effet, on a souvent l'impression de n'avoir rien fait d'important dans une journée alors que nous avons accompli tous nos objectifs. Avoir des données, des observations factuelles, permet ainsi de contrebalancer ce ressenti erroné. Globalement, vous pouvez regarder à la fin de chaque semaine :

- Si les blocs journaliers de quatre heures vous rapprochent de vos objectifs. Si non, pourquoi ?
- Comment optimiser votre planning pour mieux faire, pour faire plus facilement ?
- Une fois qu'on a mesuré la quantité, il faut mesurer la qualité. Par exemple, vous pouvez avoir fait vos deux heures d'écriture, mais est-ce que vous avez publié quelque chose, écrit au moins mille mots ?
- Si vous avez été concentré durant les deux heures de travail. Vous pouvez le noter sur un bloc-notes ou bien évaluer cette donnée grâce au nombre de Pomodoros accomplis.

Créer une routine de mise en veille quotidienne

Pour garder une bonne hygiène de vie, vous devez réussir à séparer votre temps de travail de vos temps de loisirs. Cependant, ce n'est pas toujours facile quand des pensées professionnelles nous traversent l'esprit pendant un repas de famille ou encore, quand on prend cinq minutes pour regarder

nos mails. Ainsi, le temps de repos n'en est jamais vraiment un. Cela peut ne pas être dérangeant si ça reste raisonnable, mais cela peut aussi très vite prendre des proportions déraisonnables (j'ai connu cela…). C'est pourquoi aujourd'hui, j'ai instauré une routine de mise en veille quotidienne. Si ce danger vous menace, si vous ne voulez pas vous laisser phagocyter, je vous invite à faire de même :

- Je regarde tous les soirs toutes mes boîtes de réception, mes mails, mes tâches, mes messages, ma plateforme de formation, etc. pour voir s'il y a quelque chose de nouveau, ou une tâche urgente que j'ai oublié de faire.
- Je prends en compte les éventuels nouveaux intrants et je les planifie pour le lendemain.
- Je vérifie que toutes mes tâches ont bien un bloc de temps pour être sûr que je vais les réaliser.
- Je réfléchis à ce que j'ai fait pendant la journée et à mes pensées du moment et je les note dans une application de ***journaling***.
- Je réinitialise mon bureau et je débranche mon ordinateur pour être sûr de ne pas le rouvrir avant le lendemain.

N'hésitez pas à vous inspirer de ma routine pour créer la vôtre, je vous assure que depuis que je l'ai mise en place, je suis davantage en mesure d'apprécier le temps de loisir passé avec mes proches.

Créer une routine de mise en veille hebdomadaire

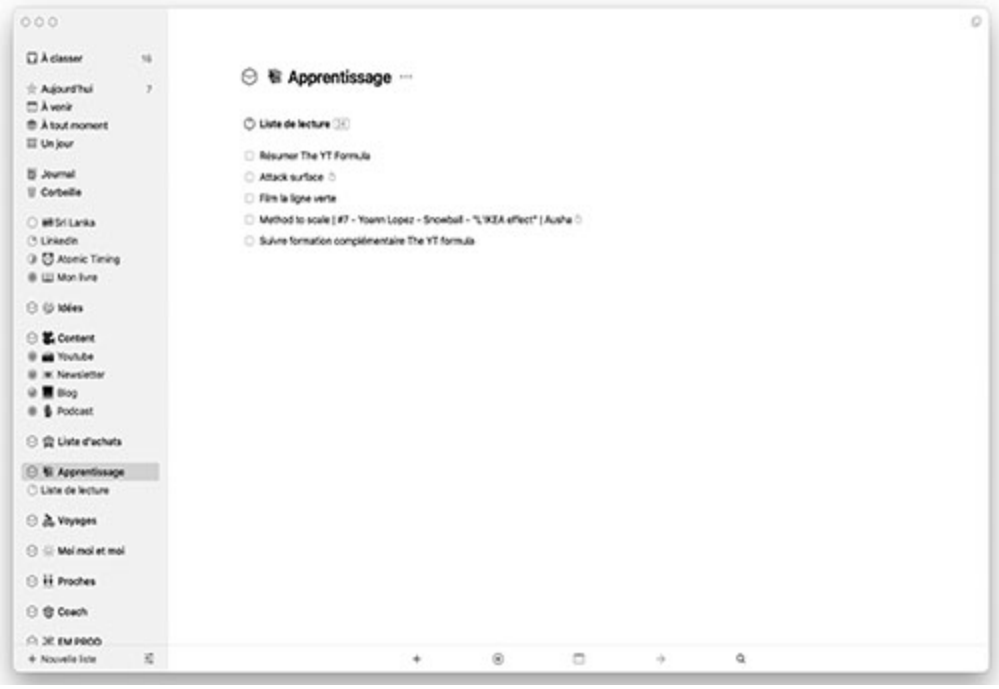
Nous venons de parler de la mise en veille journalière, abordons maintenant le cas de la semaine. Pour tout vous dire, je suis un adepte du concept de « Inbox 0 ». Cela consiste à ne plus rien avoir dans ses boîtes de réception à la fin de chaque semaine. Comment je fais cela ? Eh bien cela dépend du type d'action que me demandent les sollicitations que j'ai reçues, mais dans les grandes lignes, j'œuvre de la manière suivante :

- Je fais l'action tout de suite.
- Je la transforme en tâche et la planifie.
- Je classe les documents pour les sortir de la boîte de réception.

Et conformément aux méthodes de travail vues précédemment, après avoir fait l'exercice de la « Inbox 0 », je planifie ma semaine suivante en créant mes blocs de temps.

Application

Au moment de l'écriture de ce livre, j'utilise Things pour gérer mes tâches et Google Agenda pour bloquer mes blocs de temps. Avant de passer à cette organisation, j'ai longtemps utilisé TickTick que je recommande également.



L'application Things.

Puisque j'en suis aux recommandations d'applications, je me permets ici un petit aparté pour ceux qui, comme moi, apprécient de travailler en musique. J'utilise et je recommande l'application Endel. Elle permet de générer de la musique grâce à une intelligence artificielle, la nature même de cette musique m'aide à me maintenir concentré sur une tâche pendant longtemps.

Pour découvrir les logiciels de tâches ou de calendrier que je recommande, vous pouvez vous rendre sur livre.atomicthinking.fr

> ## Pour résumer
>
> Si ce chapitre n'était pas directement relié au thème de la gestion des connaissances et de la création d'un système afférent, il n'en est pas moins indispensable pour effectuer, prioriser, optimiser les tâches périphériques indispensables à la vie de notre système. En effet, les tâches telles que la lecture, la prise de notes ou l'écriture, si elles sont des tâches importantes, n'en sont pas moins des tâches non urgentes que nous reportons au profit d'actions supposées plus prioritaires. En nous montrant comment prioriser nos journées en fonction de nos objectifs et réserver des blocs de temps pour effectuer les actions programmées, ce chapitre s'avère un atout important pour réussir à dégager le temps nécessaire à la mise en place et l'utilisation d'un système de gestion des connaissances.

Voici un résumé graphique :

Carte mentale récapitulative de l'étape « Organisation ».

1. Georg Franck et Christophe Degoutin, « Capitalisme mental », *Multitudes* n° 54, (2013) : 199-213.

2. Shawn Glynn, Gita Taasoobshirazi et Peggy Brickman, « Science Motivation Questionnaire: Construct Validation With Nonscience Majors », *Journal of Research in Science Teaching* 46 (1 février 2009) : 127-146, https://doi.org/10.1002/tea.20267.

3. Zheng Wang et John M. Tchernev, « The "Myth" of Media Multitasking: Reciprocal Dynamics of Media Multitasking, Personal Needs, and Gratifications », *Journal of Communication* 62, n° 3 (2012) : 493-513, https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2012.01641.

4. Mason Currey, *Daily Rituals: How Great Minds Make Time, Find Inspiration, and Get to Work* (Pan Macmillan, 2013).

5. « Humans Are Hard-Wired to Follow the Path of Least Resistance », ScienceDaily, consulté le 29 octobre 2021, https://www.sciencedaily.com/releases/2017/02/170221101016.htm.

CONCLUSION

Ce système marche ! On peut, en effet, citer Nicklas Luhman, sociologue allemand créateur de Zettelkasten, qui a écrit plus de soixante-dix livres et quatre cents articles scientifiques durant sa carrière grâce à ce système. Mais on pourrait également citer l'exemple des centaines de personnes qui ont suivi ma formation et qui ont radicalement changé leur rapport à la connaissance et à la création. Certains ont pu développer leur propre méthode, d'autres publient des articles de blog sur leur passion, d'autres encore ont pu mener à bien leur projet de livre ou de mémoire grâce à leur système. Et qui sait ce que **vous** serez en mesure d'accomplir avec Atomic Thinking ?

En tout état de cause, ne vous mettez pas la pression, car c'est la meilleure façon d'échouer dans la construction de votre système. La toute première étape pour vous est d'aller sur le site livre.atomicthinking.fr pour choisir les logiciels qui vous conviennent et apprendre à les utiliser. Une fois cette configuration initiale effectuée, il ne vous restera plus qu'à démarrer votre prise de notes sur ce que vous lisez, entendez ou regardez, en respectant bien sûr les techniques et les principes énoncés dans ce livre. C'est aussi simple que ça ! Lisez un stylo à la main et gardez un calepin pas très loin. Enfin, si je voulais me risquer à un dernier conseil, je vous inciterais à ne pas complexifier votre système. Ce que je veux dire, c'est que nous avons tous une tendance naturelle, surtout à l'initialisation du système, à catégoriser nos notes plus que nécessaire, par peur de ne plus les retrouver. Faire cela, c'est regretter par la suite d'avoir construit un système trop rigide qui vous empêchera de tirer le meilleur parti des liens logiques et de l'atomicité des pensées. Voilà, je crois que l'essentiel est dit, prenez quelques heures pour installer vos logiciels, commencez à prendre des notes, et le reste viendra par la pratique !

N'hésitez pas à prendre une photo de ce livre et à me l'envoyer sur les réseaux pour que nous puissions discuter ensemble.

Mon point final consistera à vous remercier d'avoir lu cet ouvrage jusqu'au bout. C'était un grand défi que je m'étais lancé, et je vous prie de me croire, c'est un véritable bonheur, voire un honneur de savoir que vous tenez le produit final de ce projet entre les mains. Merci !

Pour continuer l'aventure, rendez-vous sur livre.atomicthinking.fr

BIBLIOGRAPHIE

Allen, David. *Getting Things Done: The Art of Stress-Free Productivity*, New York, Penguin Books, 2002.

Ambion, Ronnel Ian A., Rainier Santi C. De Leon, Alfonso Pio Angelo R. Mendoza, et Reinier M. Navarro. « The Utilization of the Feynman Technique in Paired Team Teaching Towards Enhancing Grade 10 ANHS Students' Academic Achievement in Science », *2020 IEEE Integrated STEM Education Conference (ISEC)*, 1-3, 2020 (https://doi.org/10.1109/ISEC49744.2020.9397848).

Belsky, Scott. *Making Ideas Happen: Overcoming the Obstacles Between Vision and Reality*, Penguin, 2011.

« Brain Basics: The Life and Death of a Neuron | National Institute of Neurological Disorders and Stroke », consulté le 28 octobre 2021. https://www.ninds.nih.gov/Disorders/Patient-Caregiver-Education/Life-and-Death-Neuron.

Bruner, Jerome. *Beyond the Information Given: Studies in the Psychology of Knowing*, édité par Jeremy M. Anglin, New York : W. W. Norton & Company, 1973.

Byrne, John H., éd. *Learning and Memory: A Comprehensive Reference, Four-Volume Set: Volume 4*, Oxford, UK ; San Diego : Academic Press, 2008.

Carey, Benedict. *How We Learn: The Surprising Truth About When, Where, and Why It Happens*, New York : Random House Trade Paperbacks, 2015.

Cialdini, Robert B., et Marie-Christine Guyon. *Influence et manipulation*, Paris : Pocket, 2014.

Cowan, Nelson. « The Magical Number 4 in Short-Term Memory: A Reconsideration of Mental Storage Capacity », *Behavioral and Brain*

Sciences 24, n° 1, Annals of the New York Academy Sciences, 2008.

Currey, Mason. *Daily Rituals: How Great Minds Make Time, Find Inspiration, and Get to Work*, Pan Macmillan, 2013.

Dunlosky, John, Katherine A. Rawson, Elizabeth J. Marsh, Mitchell J. Nathan, et Daniel T. Willingham. « Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology », *Psychological Science in the Public Interest* 14, n° 1, 1 janvier 2013 (https://doi.org/10.1177/1529100612453266).

Feynman, Richard P., Ralph Leighton, et Albert R. Hibbs. *Surely You're Joking, Mr. Feynman!*, édité par Edward Hutchings, New York : W. W. Norton & Company, 1997.

Franck, Georg, et Christophe Degoutin. « Capitalisme mental », *Multitudes*, n° 54, 2013.

Glynn, Shawn, Gita Taasoobshirazi, et Peggy Brickman. « Science Motivation Questionnaire: Construct Validation With Nonscience Majors », *Journal of Research in Science Teaching* 46, 1 février 2009 (127-46. https://doi.org/10.1002/tea.20267).

ScienceDaily. « Humans Are Hard-Wired to Follow the Path of Least Resistance », consulté le 29 octobre 2021 (https://www.sciencedaily.com/releases/2017/02/170221101016.htm).

Karpicke, Jeffrey D., Andrew C. Butler, et Henry L. Roediger. « Metacognitive Strategies in Student Learning: Do Students Practise Retrieval When They Study on Their Own? », *Memory* 17, n° 4, mai 2009 (https://doi.org/10.1080/09658210802647009).

Kelly, Kevin. « 1,000 True Fans ». *The Technium*, consulté le 29 octobre 2021 (https://kk.org/thetechnium/1000-true-fans/).

Kleon, Austin. *Steal Like an Artist: 10 Things Nobody Told You About Being Creative*, Workman Publishing Company, 2012.

Kruger, Justin, et David Dunning. « Unskilled and Unaware of It: How Difficulties in Recognizing One's Own Incompetence Lead to Inflated Self-Assessments », *Journal of Personality and Social Psychology* 77, 1 janvier 2000 (https://doi.org/10.1037//0022-3514.77.6.1121).

Matuschak, Andy, Michael Nielsen, Andy Matuschak, et Michael Nielsen. « How can we develop transformative tools for thought? », 2019 (https://numinous.productions/ttft).

MD, Albert Rothenberg. *Flight from Wonder: An Investigation of Scientific Creativity*. Oxford ; New York: OUP USA, 2014.

Miller, Georges Armitage. « The magical number seven plus or minus two: some limits on our capacity for processing information. », *Psychological review*, 1956 (https://doi.org/10.1037/h0043158).

Morin, Edgar. *Introduction à la pensée complexe*, Paris : Points, 2014.

Murre, Jaap M. J., et Joeri Dros. « Replication and Analysis of Ebbinghaus' Forgetting Curve », *PLOS ONE* 10, n° 7, 6 juillet 2015 (https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120644).

New Haven, Conn. « The Process of Janusian Thinking in Creativity », consulté le 3 février 2021 (https://www.researchgate.net/publication/17642268).

Nickerson Raymond, « Confirmation Bias: A Ubiquitous Phenomenon in Many Guises », *Review of General Psychology*, n° 2, 1998.

Rothenberg, Albert. « Janusian Process and Scientific Creativity », *Contemporary Psychoanalysis* 19, 1 janvier 1983, (https://doi.org/10.1080/00107530.1983.10746594)

Schacter, Daniel, Chiao Joan et Mitchelm Jason. « The seven sins of memory: implications for self, Annals of the New York Academy of Science, 2008.

Schumpeter, Joseph, et Gael Fain. *Théorie de la destruction créatrice*, éditions Payot, 2021.

Spitzer, H. F. « Studies in Retention. » *Journal of Educational Psychology* 30, n° 9, 1939, (https://doi.org/10.1037/h0063404).

Sull, Donald, et Kathleen M. Eisenhardt. *Simple Rules: How to Thrive in a Complex World*, Mariner Books, 2016.

Sumpf, Patrick. *System Trust: Researching the Architecture of Trust in Systems*, Springer VS, 2019.

Taleb, Nassim Nicholas, et Christine Rimoldy. *Le Cygne noir : La puissance de l'imprévisible, édition augmentée de l'essai Force et fragilité*, Les Belles Lettres, 2014.

« Théorèmes d'incomplétude de Gödel », Wikipédia, 24 septembre 2021 (https://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Th%C3%A9or%C3%A8mes_d%27incompl%C3%A9tude_de_G%C3%B6del&oldid=186575926).

« The Process of Janusian Thinking in Creativity ». *Archives of General Psychiatry* 24, n° 3, 1 mars 1971 (https://doi.org/10.1001/archpsyc.1971.01750090001001).

Wang, Zheng, et John M. Tchernev. « The "Myth" of Media Multitasking: Reciprocal Dynamics of Media Multitasking, Personal Needs, and Gratifications », *Journal of Communication* 62, n° 3, 2012 (https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2012.01641.x).

Zimmerman, Benjamin. « Wheels Are Turning: How Cyclicity Analysis Is Changing the Way I Think About the Brain », *Medium* (blog), 18 juin 2021 (https://ben-zimmerman.medium.com/wheels-are-turning-how-cyclicity-analysis-is-changing-the-way-i-think-about-the-brain-ab9ee3980c10).

Pour suivre toutes les nouveautés numériques du Groupe Eyrolles,
retrouvez-nous sur Twitter et Facebook

@ebookEyrolles

EbooksEyrolles

Et retrouvez toutes les nouveautés papier sur

@Eyrolles

Eyrolles