



LA VIE : Le Voyage

Personne ne vous a dit que vous ressentiriez cela.
Mais ici — nous en parlerons honnêtement.

ÉGALEMENT DE TIMILEHIN IDOWU

La Série Devenir Grand :

Livre 1 — Je Dois Explorer

Identité • Caractère • Objectif • Processus

Livre 2 — Je Suis le Champion

Discipline • Maîtrise • Constance • Résilience

Livre 3 — Je Serai Riche et Célèbre

Richesse • Influence • Entreprise • Héritage

Livre 4 — Ne Faites Pas Défiler Cela

Caractère • Générations • Mentorat • Héritage

© 2026 Timilehin Idowu. All rights reserved.

Flourish Playhouse • Lagos, Nigéria • 2026

WhatsApp: +234 703 055 5256 | timijos@yahoo.com | medewheidowu@gmail.com

Traduction en Français avec l'assistance de Claude AI (Anthropic) / Translation assisted by Claude AI (Anthropic).

Biblical references: New International Version (NIV).

DÉDICACE

Au Triplet A Aduwo, au Triplet B Aduwo et au Triplet C Aduwo

*Vous êtes venus au monde ensemble — trois flammes allumées à la fois —
et vous êtes partis doucement, l'un après l'autre,
comme si chacun avait besoin d'un moment qui lui appartenait.*

*Pendant huit à neuf jours, vous nous avez honorés de votre présence.
Vous avez rempli un foyer d'émerveillement, le cœur d'un père de fierté,
et une communauté de célébration.*

*Vous étiez aimés avant même d'arriver,
et vous le serez longtemps encore.*

*À leur mère — dont le corps est devenu un foyer sacré pour trois âmes,
dont la force les a portés jusqu'au monde, et dont l'amour les a tenus
tout au long de leur séjour parmi nous — vous êtes, et serez toujours,
leur premier battement de cœur, leur première chaleur, leur premier foyer.
Ils ne seraient jamais venus, sans vous.*

*À M. et Mme Oluwaseun Aduwo — qui ont tout essayé, cherché toutes les ressources,
et n'ont rien laissé sans réponse — cette dédicace témoigne
de votre courage et de votre grâce.*

Dans les profondeurs du deuil, vous avez trouvé des mots qui nous ont tous portés.

« Mon Seigneur a donné et pris, et c'est bien ainsi. »

*Ce n'est pas la durée d'une vie qui en mesure la valeur,
mais l'amour qu'elle inspire. Vous avez inspiré beaucoup.*

*Dormez bien, petits.
Vous êtes pour toujours dans nos cœurs.*

*À ma femme Oluwakemi — tu as regardé ma vie en temps réel,
avec tous ses détours, recalibrations et avancées.
Tu n'as jamais fait en sorte que le voyage semble trop long.
C'est un cadeau que je ne peux que honorer.*

*À Mojolaoluwa, Olaoluwatitomi et Oluwafoyinsolami —
ce livre a été écrit pour que lorsque vous arrivez aux carrefours que j'ai affrontés,
vous ayez déjà une carte.*

AVANT DE COMMENCER : UNE PAROLE ET UNE PROMESSE

Avant de lire un seul chapitre, faites une promesse. Pas à moi. À vous-même :

<i>« Je ne passerai pas à côté des vérités difficiles de ce livre. Je ne passerai pas à côté de la personne que je suis devenu — lentement, sans le remarquer. Je lirai. Je m'assiérai avec ce qui me met mal à l'aise. Et je serai honnête sur ce qui doit changer. »</i>

Votre nom : _____

Date d'aujourd'hui : _____

Bien. Nous pouvons commencer.

PRÉFACE : POURQUOI J'AI ÉCRIT CE LIVRE

<i>Parce que j'aurais aimé le lire à vingt ans</i>

Permettez-moi d'être honnête avec vous avant tout autre chose. Je n'ai pas écrit ce livre parce que j'avais tout compris tôt dans la vie. Je l'ai écrit parce que j'ai tout compris tard — à la quarantaine — et je n'arrête pas de penser à combien les choses auraient pu être différentes si quelqu'un m'avait assis et dit ce que je suis sur le point de vous dire.

J'ai découvert qui j'étais — vraiment, dans le sens qui change tout — le 9 juin 2023. Je me tenais sur la même scène où j'avais été étudiant entre octobre 1992 et juin 1998. C'est vingt-cinq ans, mes amis. Vingt-cinq ans entre l'endroit où les questions ont été semées et le moment où les réponses sont finalement arrivées.

Je ne vous dis pas cela pour que vous ayez pitié de moi. Je vous le dis pour que vous ne répétiez pas la même chose.

Voici ce que personne ne vous dit quand vous êtes jeune : le monde a été très soigneusement conçu pour vous empêcher de découvrir qui vous êtes vraiment. Ce ne sont pas des systèmes maléfiques — simplement des systèmes scolaires, professionnels, sociaux, familiaux — construits pour produire des personnes utiles, prévisibles et gérables. Et en produisant ces personnes, ils produisent accidentellement des personnes insatisfaites.

Vous êtes né dans un monde — le monde que d'autres ont déjà construit. Et quelque part à l'intérieur de ce monde, il y en a un autre

— votre monde — qui a été déposé en vous avant que vous ayez votre mot à dire. La plupart des gens passent toute leur vie dans le premier monde sans jamais trouver le second. Ce livre est une carte vers le second.

Je l'ai écrit pour le jeune de Lagos qui est brillant mais ne rentre dans aucun des moules approuvés. Pour le quadragénaire de Londres qui a tout accompli et qui se sent vide le dimanche soir. Pour la femme de Nairobi à qui on a dit, doucement et constamment, que ses rêves étaient trop grands pour une personne comme elle. Pour l'homme de Mumbai qui n'a jamais eu le langage pour exprimer ce qu'il ressent. Ce livre vous appartient. À vous aussi.

— *Timilehin Idowu*

INTRODUCTION

Le Récit de Plusieurs Vies — et le Fil Qui les Relie Toutes

Rencontrez Dare. Dix-huit ans. Premier de sa classe. Son résultat d'examen a fait pleurer sa mère de bonnes larmes. On lui dit d'étudier la médecine parce que brillant + voiture de médecin = l'équation approuvée. Il s'épanouit à résoudre des problèmes, à concevoir des solutions, à transformer des problèmes en structures. Mais personne n'a de carte pour ça, alors c'est la médecine. Dans dix ans, Dare sera médecin. Il sera aussi, discrètement, inexplicablement malheureux.

Rencontrez Amina. Trente-quatre ans. A quitté le Nigéria à vingt-trois ans pour de meilleures opportunités et les a trouvées — salaire, appartement, profil LinkedIn respectable. Chaque dimanche soir, une lourdeur qu'elle appelle « juste du stress ». Ce n'est pas du stress. C'est la distance entre la vie qu'elle vit et la vie qui était destinée à être la sienne.

*<i>Le monde est plein de gens qui réussissent
mais qui sont secrètement perdus. Ce livre est
pour eux. Et pour les gens qui peuvent encore
corriger le tir avant d'y arriver.</i>*

**Vous êtes né avec une vie qui était destinée à être vécue
d'une manière très précise. La plupart des systèmes du monde
— bons systèmes, bien intentionnés — n'ont pas été conçus pour**

vous aider à trouver ce chemin. Vous devez donc le trouver vous-même. Et plus vite vous commencez à chercher, mieux c'est.

Les chapitres qui suivent vous aideront à chercher. Pas avec des slogans motivationnels vagues. Mais avec des conseils honnêtes, pratiques, parfois inconfortables sur ce qu'est vraiment la vie, comment la protéger, comment trouver votre but en elle, et comment construire quelque chose qui vaut la peine d'être hérité. Le voyage commence maintenant. Ne gaspillons pas vingt-cinq années de plus.

PARTIE UN

Le Cadeau Que Personne N'Ouvre Vraiment

*<i>La Vie, l'Identité et la Seule Chose Que le Monde Ne Peut
Pas Vous Donner</i>*

CHAPITRE 1

La Vie Elle-Même

<i>La Chose la Plus Évidente Que Personne Ne Vous a Bien Expliquée</i>

Commençons par la chose la plus fondamentale. Pas les objectifs. Pas le succès. Pas le labeur. Pas votre plan à cinq ans. La vie. Qu'est-ce que c'est vraiment ?

Je sais ce que vous pensez. « Cet homme a écrit un chapitre entier sur ce qu'est la vie. N'avons-nous pas couvert ça à l'école primaire ? » Soyez patient avec moi. Car la chose la plus importante que vous possédez est aussi celle à laquelle vous avez le moins soigneusement réfléchi. Et cet écart — entre possession et compréhension — est là où commencent la plupart des problèmes des gens.

■ PARLONS FRANCHEMENT

Chaque définition du succès qu'on vous a jamais donnée — plus d'argent, de meilleures notes, une plus grande maison, un compte plus bleu — suppose que vous avez déjà la vie. Aucune ne vous dit quoi faire de la vie elle-même.

Voici la chose la plus simple et la plus importante que j'ai trouvée vraie :

***<i>La vie est le cadeau le plus précieux à chérir
— le plus précieux dans le corps.</i>***

La vie n'est pas l'un de vos actifs. La vie est l'actif. Le fondement sous chaque autre chose.

Chaque gouvernement, dans chaque pays, liste la protection de la vie comme son devoir premier. Ce qui signifie — si les gouvernements comprennent que la vie est primordiale — pourquoi tant d'individus traitent-ils leur propre vie comme secondaire ? Pourquoi gérons-nous nos finances plus soigneusement que notre santé ? La réponse, je pense, est que nous sommes tellement occupés à vivre que nous avons oublié de réfléchir à la vie. Ce livre est une invitation à s'arrêter. Réfléchir. Et vivre ensuite plus délibérément.

Réflexion

→ *Quand avez-vous pour la dernière fois traité votre vie comme la chose la plus importante que vous possédez — pas symboliquement, mais pratiquement, dans vos décisions ?*

→ *Qu'est-ce que vous sacrifiez votre santé, votre paix ou votre monde intérieur pour obtenir ? En vaut-il la peine ?*

→ *Si votre vie se terminait demain, qu'est-ce qui resterait inachevé ? Parmi ces choses, lesquelles comptent vraiment ?*

<i>Je ne prendrai pas le cadeau de la vie pour acquis. Je le traiterai comme l'actif principal qu'il est.</i>

CHAPITRE 2

Le Donateur et le But

<i>Pourquoi la Question la Plus Importante N'Est Pas « Que Veux-Je ? » — Mais « Pourquoi M'a-t-on Donné Ceci ? »</i>

Imaginez ce scénario. Il est 23h. Vous êtes dans votre chambre. Votre téléphone sonne. Vous vérifiez votre solde — et un million de dollars américains vient d'être déposé. Pas de nom. Pas de message. Juste : un million de dollars. À vous. Confirmé. Que faites-vous ? Je vais vous dire ce que vous ne faites pas. Vous ne commencez pas immédiatement à dépenser. Ce que vous faites réellement, c'est poser la question la plus urgente disponible :

Qui a envoyé ceci ? Et pourquoi ?

Vous voulez connaître la source parce que la source vous dit le but. Et le but vous dit quoi faire du cadeau. Votre vie est ce dépôt. Sauf que le montant est incommensurablement plus grand. Et la plupart d'entre nous le dépensons sans jamais sérieusement demander qui l'a envoyé et pourquoi.

■ SELON LES TRADITIONS

Dans le christianisme, le Saint-Esprit est décrit comme le « Seigneur et Donateur de la Vie ». Dans l'islam, la vie (ruh) est insufflée par l'ordre direct de Dieu. Dans la pensée séculière, la vie est l'occurrence la plus improbable et donc la plus précieuse dans un vaste univers. Les traditions diffèrent sur les détails. Elles s'accordent sur ceci : vous ne vous êtes pas donné la vie. Et cela change tout sur la manière de la vivre.

Quand vous ne pouvez pas identifier l'expéditeur, vous étudiez le cadeau lui-même. Votre vie fonctionne de la même façon. Les choses que vous n'avez pas choisies à votre sujet — le tempérament avec lequel vous êtes né, les dons qui vous viennent naturellement, les choses qui vous animent même quand personne ne regarde — ce sont les empreintes digitales du but.

Deux Mondes — et Celui Pour Lequel Vous Êtes Né

<i>Quand vous ne pouvez pas trouver le Donateur, étudiez le cadeau. Sa conception révélera son Concepteur.</i>

Vous vivez dans deux mondes simultanément. Le premier est le monde organisé — construit par des systèmes, des institutions et les plans des autres. Le second est votre monde — celui déposé en vous avant qu'aucun de ces systèmes ne vous atteigne.

La plupart des personnes très réussies dans l'histoire ont quitté le premier monde à un moment donné pour vivre dans le second. Pas parce que le premier monde était mauvais, mais parce que le second

appelait trop fort pour être ignoré. La tragédie, c'est les gens qui ont entendu l'appel et n'y ont jamais répondu.

Réflexion

→ *Si votre vie était un cadeau anonyme, quels indices y sont intégrés sur son but ?*

→ *Que faites-vous qui ne semble pas être du travail ? Quels problèmes vous donnent-ils envie de les résoudre immédiatement ?*

→ *Dans quel monde vivez-vous actuellement ? Qu'est-ce qu'il faudrait pour trouver l'équilibre ?*

<i>Je ne ferai pas que vivre ma vie. Je comprendrai pourquoi je l'ai.</i>

CHAPITRE 3

Le Deuil Que Personne Ne Nomme

<i>Quoi Faire avec la Vie Que Vous Avez Déjà Vécue</i>

Voici un chapitre que la plupart des livres sur la vie sautent entièrement. Parce qu'il est plus facile de parler de l'avenir que de s'asseoir avec le passé. Mais je veux nommer quelque chose — avec soin, parce que cela mérite du soin — que j'ai vu chez presque chaque personne qui s'est assis en face de moi dans une session de coaching, une salle de conseil, une conversation tardive :

La plupart des adultes portent un deuil silencieux pour la vie qu'ils n'ont pas vécue.

Pas le deuil qui vient d'un enterrement ou d'une tragédie. Le genre plus subtil. Le deuil de la route non empruntée. La vocation mise de côté. La version de vous-même que vous avez accepté d'abandonner tranquillement en échange de quelque chose de plus sûr. Ce deuil n'a pas toujours de nom. Les gens l'appellent agitation, crise de la quarantaine, ou « juste être fatigué ». Ce n'est pas de l'ingratitude. C'est la façon de l'âme d'insister sur le fait que quelque chose d'important manque.

■ NOTE PASTORALE

Le deuil n'est pas seulement pour ce qui est perdu. C'est aussi pour ce qui n'a jamais été trouvé. Les deux types sont réels. Les deux doivent être reconnus avant de pouvoir être libérés. La libération n'est pas l'oubli. C'est l'intégration.

Une Parole Particulière pour les Femmes

Beaucoup de femmes ont porté leurs dons dans l'ombre des besoins de tout le monde. Elles ont été d'excellentes mères, d'excellentes épouses, d'excellentes filles, d'excellentes employées — et dans l'excellence de tout ce don, elles n'ont jamais vraiment eu le temps de se demander qui elles sont quand le don s'arrête. À chaque femme qui lit ce livre : votre don n'est pas plus petit parce qu'il a été porté discrètement. Il n'est pas trop tard, quelle que soit la date sur le calendrier.

Une Parole Particulière pour les Hommes

Les hommes portent leur deuil différemment. Souvent en silence. Souvent seuls. La chose la plus courageuse que beaucoup d'hommes pourraient faire maintenant est de dire la vérité sur comment ils vont.

Réflexion

→ *Quelle est la version de votre vie que vous avez silencieusement pleurée — la route non empruntée, le don mis de côté ?*

→ *Où y a-t-il de la colère ou de la tristesse inexplicée dans votre vie maintenant ? Avez-vous tracé sa source ?*

→ Que signifierait reprendre le stylo et continuer à écrire — en commençant exactement là où vous êtes ?

<i>Je donne à mon passé son nom approprié et sa saison appropriée — puis je choisis de continuer.</i>

PARTIE DEUX

Les Indices avec Lesquels Vous Êtes Né

*<i>Le But, l'Identité et le Puzzle que Personne d'Autre Ne Peut
Résoudre Pour Vous</i>*

CHAPITRE 4

Les Choses Que Vous N'Avez Pas Choisies

<i>Et Pourquoi Ce Sont Vos Indices les Plus Forts</i>

Voici quelque chose qui pourrait sembler étrange, mais restez avec moi. La plupart des choses dont nous sommes obsédés dans la vie — notre travail, notre revenu, notre cercle social, notre statut — sont des choses que nous avons choisies. Nous les avons sélectionnées, ou du moins nous y avons consenti. Mais certaines des choses les plus importantes de votre vie, vous ne les avez pas choisies.

Zéro contribution. Aucune consultation. Aucun processus d'approbation.

Et ces choses non choisies sont vos meilleurs indices.

■ IDÉE CLÉE

Le monde vous donne des choix pour tirer le meilleur de lui-même.

Votre identité réside dans les endroits où vous n'aviez pas le choix — parce que ce sont les choses qui ont été décidées avant que le monde n'intervienne.

<i>Le meilleur moment pour vous découvrir, c'est quand vous êtes encore dans l'environnement qui n'était pas votre choix — vos parents, vos frères et sœurs, quand et où vous êtes né, et les circonstances de votre naissance. Si vous avez manqué ce moment, comme la plupart d'entre nous, cela devient un peu plus difficile

mais toujours possible.

L'environnement dont vous voulez le plus vous échapper contient les informations les plus riches sur qui vous êtes et pour quoi vous avez été fait. Ne gaspillez pas cela.

1. Le Commencement de Votre Vie

La vie ne commence pas à la naissance. C'est là qu'elle devient visible pour le monde. Mais la vie — la formation d'une personne, la construction de son architecture émotionnelle — commence à la conception.

Je veux dire quelque chose ici que je crois profondément et que la science confirme de plus en plus : chaque expérience de la femme enceinte — chaque moment de rejet, chaque accueil de soutien, chaque parole prononcée dans l'amour ou la colère — est transférée, en temps réel, à l'enfant ou aux enfants dans son ventre. L'environnement de la mère ne fait pas que entourer le bébé. Il forme le bébé.

■ CE QUE LA SCIENCE CONFIRME

Le domaine de l'épigénétique a établi ce que l'esprit a toujours su : l'état émotionnel d'une mère pendant la grossesse influence directement le développement neurologique et physiologique de son enfant. Des hormones de stress maternelles comme le cortisol traversent le placenta et atteignent le cerveau en développement. La recherche d'Harvard, Oxford et du NIH a documenté que l'exposition prénatale à la détresse maternelle est liée à une anxiété accrue, une régulation émotionnelle altérée et un développement cognitif modifié. À l'inverse, la joie, la paix et l'amour d'une mère se transfèrent aussi. L'utérus n'est pas une salle d'attente neutre. C'est la première salle de classe.

Cela signifie quelque chose d'extraordinaire : quand une mère est rejetée pendant la grossesse, l'enfant apprend ce qu'est le rejet avant de pouvoir parler. Quand une mère est soutenue, l'enfant absorbe ce que la sécurité ressent.

Et voici la dimension théologique que je tiens aux côtés de la dimension scientifique : quand ces expériences négatives se produisent — quand la grossesse n'est pas désirée, quand la mère est rejetée, quand les circonstances sont impossibles — je crois que l'enfant dans le ventre n'absorbe pas seulement le problème. Il est préparé, au niveau cellulaire, pour être la solution spécifique que cette expérience exige. C'est le langage de la conception, pas celui de la victimisation.

L'Histoire de Moïse — La Preuve Originelle

Avant que les scientifiques aient les instruments pour le mesurer, Dieu l'avait déjà écrit dans l'histoire de naissance la plus dramatique de l'histoire humaine. Moïse est né dans la grossesse la plus

dangereuse imaginable. Pharaon avait décrété que chaque bébé mâle hébreu devait être jeté dans le Nil. Sa mère Jochébed ne savait pas qu'elle portait le libérateur d'une nation. Elle savait simplement qu'elle portait un garçon dans un pays qui voulait son garçon mort.

Pensez à ce qu'elle portait dans son corps pendant cette grossesse. La peur. Une peur quotidienne, au niveau de la survie. Les hormones de stress d'une mère qui ne pouvait pas connaître l'issue auraient traversé le même flux sanguin qui construisait le cerveau de son fils.

<i>Par la foi, les parents de Moïse le cachèrent pendant trois mois après sa naissance, parce qu'ils voyaient que c'était un enfant exceptionnel, et ils n'avaient pas peur du décret du roi.</i>

— Hébreux 11:23

Un enfant extraordinaire. Il y a une audace dans cet enfant que les Hébreux attribuent à la foi — mais il y a aussi, je suggère, l'empreinte d'une mère qui a refusé d'accepter le verdict de l'empire sur son fils même en le portant. Le courage de Jochébed pendant la grossesse n'était pas seulement une préparation spirituelle pour Moïse. C'était une formation neurologique.

■ LE PRINCIPE

Ce que la femme enceinte vit, elle le transfère. Ce qu'elle surmonte, elle l'enseigne. Ce qu'elle endure avec foi, elle le dépose. Le bébé dans le ventre n'est pas seulement le destinataire des circonstances de sa mère. Il est l'héritier de la réponse de sa mère à ces circonstances.

Hélène Paul — La Preuve par une Vie

Permettez-moi de vous parler de la Dr Helen Paul. Vous la connaissez peut-être sous le nom de Tatafo — comédienne, chanteuse, actrice, la femme avec la voix d'un enfant et le rire qui remplit chaque pièce qu'elle entre. Vous la connaissez peut-être comme la première comédienne nigériane à obtenir un doctorat en arts dramatiques de l'Université de Lagos.

Ce que moins de gens savent, c'est d'où elle vient. Helen Paul est née d'un viol. Elle a grandi avec sa grand-mère parce que sa mère, victime d'un crime violent, ne pouvait pas l'élever. Elle a grandi dans un environnement où la famille élargie s'assurait qu'elle savait exactement ce qu'ils pensaient d'elle. Ses tantes, quand elles donnaient de l'argent pour la nourriture à sa grand-mère, disaient explicitement : 'N'utilisez pas cet argent pour prendre soin d'un enfant bâtard.' Elle a entendu ce mot si constamment qu'il aurait pu devenir son nom.

Ce n'est pas devenu son nom. C'est devenu son carburant. Sa grand-mère — cette femme extraordinaire — a refusé le label. Quand les tantes parlaient, elle se tournait vers la jeune Helen et parlait : 'Tu as entendu ce qu'elles ont dit. C'est comme ça ce monde. Des gens qui devraient être ta famille t'ont dit qui tu es. Si tu veux, grandis et oublie-toi. Mais si tu ne réussis pas, personne ne te célèbrera.'

Helen Paul n'a pas seulement survécu à ses origines. Elle les a armées. La femme qu'on appelait bâtarde est devenue la voix bien-aimée de la joie dans le pays. La fille dont les tantes voulaient l'invisibilité est devenue professeure aux États-Unis et docteure en arts dramatiques au Nigéria.

Quand elle a dédié son doctorat à sa mère — la femme qui a survécu au viol, qui lui a donné la vie malgré tout — le monde a finalement compris ce que le début avait fait d'elle.

*<i>Son origine n'était pas sa destinée. Mais
c'était l'indice. Et l'indice était énorme.</i>*

2. Qui Vous a Donné Naissance

Votre mère. Étudiez-la. Pas cliniquement — avec curiosité. Qu'a-t-elle porté ? Quelle injustice a-t-elle navigué ? Quel don avait-elle que le monde n'a jamais vraiment accueilli ? Vous n'êtes pas votre mère. Mais vous êtes passé par elle. Son histoire est un chapitre dans l'explication de la vôtre.

3. Qui Est Votre Père

Ou était. Ou n'est pas présent. Même l'absence est une information. Steve Jobs était adopté. Sa faim de créer des choses d'une beauté extraordinaire qui fonctionnaient mieux que tout le reste s'est avérée être la mission qui a façonné toute une ère de technologie humaine. Ses origines compliquées n'étaient pas un désavantage. C'était une propulsion.

4. Où Vous Êtes Né

Le lieu de votre naissance vient avec un ensemble de problèmes. Les problèmes ont besoin de solutions. Les solutions ont besoin de gens qui comprennent le problème de l'intérieur. Vous venez de l'intérieur.

Vous n'êtes pas né à cet endroit malgré qui vous êtes. Vous y êtes né à cause de qui vous êtes. Vous y étiez destiné.

Et quand vous réussissez — quand le don avec lequel vous êtes né trouve son pleine expression, quand la vocation est reconnue — la première dette que vous avez est envers le lieu qui vous a d'abord façonné. Avant de construire ailleurs, considérez ce que le succès entre vos mains pourrait signifier pour les gens nés là où vous êtes né. Rendez la vie de ceux qui y sont nés meilleure que la vôtre avant d'arriver. Ce n'est pas de la charité. C'est la justice.

Ceux qui oublient cela — qui fuient l'endroit difficile et ne regardent jamais en arrière — ne vivent pas pleinement leur but. Ils ont répondu à la première partie de l'appel et ignoré la seconde. La première est : devenez. La seconde est : retournez.

■ POUR CEUX QUI N'ONT PAS REGARDÉ EN ARRIÈRE

Il n'est pas trop tard. La porte n'est pas fermée. La communauté qui vous a façonné n'a pas besoin de votre culpabilité. Elle a besoin de vos dons. C'est la complétion de votre voyage, pas une obligation qui l'annule.

Sadio Mané — Une Histoire Écrite dans l'Obéissance

Sadio Mané est né à Bambali — un petit village dans le Sédhiou, au sud du Sénégal. Pas d'eau courante. Pas d'électricité fiable. Une communauté où la pauvreté n'était pas une exception mais la texture de la vie quotidienne.

Il n'est pas né malgré son village. Il y est né pour lui.

Il est devenu l'un des plus grands footballeurs de sa génération. Titres de Premier League, vainqueur de la Ligue des Champions, Joueur Africain de l'Année. Mais ce qui a fait que le monde s'est arrêté et l'a vraiment regardé, ce n'était pas les trophées. C'était ce qu'il a fait avec eux. Mané a construit un hôpital à Bambali. Une école. Il a fourni l'électricité au village. Il a payé l'éducation des jeunes. Il a donné de l'argent à sa mosquée et à ses voisins, tranquillement, régulièrement, sans la performance que la charité des célébrités exige habituellement.

<i>« Pourquoi voudrais-je dix Ferrari, vingt montres en diamant, ou deux avions ? Qu'est-ce que ça ferait pour le monde ? Je préfère construire un hôpital, donner 70 euros par mois à 80 personnes... tout cela me rend heureux. »</i>

Il n'avait pas oublié Bambali. Il y était retourné. Pas pour être photographié en train de revenir. Mais parce que le village n'était pas seulement d'où il venait — c'était ce pour quoi il était fait.

<i>Ne fuyez pas seulement votre commencement. Rachetez-le.</i>

5. Quand Vous Êtes Né

L'ère dans laquelle vous êtes arrivé n'est pas accidentelle. Les problèmes spécifiques de votre génération — ceux que vous avez regardés grandir, expérimentés, portés — font partie de ce qui définit ce que vous êtes ici pour contribuer. Vous n'êtes pas né trop tôt ou trop tard. Vous êtes né exactement quand votre contribution était nécessaire.

<i>La génération qui hérite d'un monde compliqué n'est pas maudite. Elle est commissionnée.</i>

■ TA GÉNÉRATION N'EST PAS PERDUE

La génération Z a été appelée la génération la plus anxieuse, la plus déprimée, la plus incertaine jamais enregistrée. Elle a aussi été appelée la plus empathique, la plus consciente mondialement, la plus disposée à demander de l'aide. Les deux sont vrais simultanément. Vous êtes anxieux parce que le monde est véritablement incertain. Et vous êtes équipé parce que le monde a vraiment besoin de ce que votre formation a produit.

6. Votre Sexe

Vous n'avez pas choisi d'être homme ou femme. C'était décidé avant votre arrivée — avant que vos parents ne vous nomment, avant que le monde n'ait la moindre opinion sur vous. Et je crois que votre sexe n'est pas une coïncidence, un accident, ou un problème à résoudre. C'est une partie de la conception.

<i>Ainsi Dieu créa l'homme à son image, à l'image de Dieu il le créa ; homme et femme il les créa.</i>

— *Genesis 1:27*

Pas dix genres. Pas un spectre attendant une auto-définition. Pas une attribution provisoire selon comment vous vous sentez un jeudi donné. Homme et femme. L'Auteur de la vie, qui est aussi l'Auteur de votre but, l'a dit avec intention.

<i>N'avez-vous pas lu qu'au commencement le Créateur les fit homme et femme ?</i>

— *Matthew 19:4*

Il n'a pas dit : au commencement le Créateur fit un spectre. Il a dit homme et femme. C'est le registre. C'est le fondement.

À Ceux Qui Luttent Vraiment

Je suis pleinement conscient que certaines personnes qui lisent ceci portent une vraie douleur autour de questions d'identité, de corps, d'appartenance. Cette douleur n'est pas imaginaire. La confusion est réelle. La solitude qui l'accompagne est réelle. Et toute personne qui rejette cette douleur à distance sans s'asseoir avec la personne qui la porte n'a pas gagné le droit de parler.

Mais le soin et la clarté ne sont pas des opposés. La chose la plus aimante que vous pouvez faire pour une personne confuse est de lui dire la vérité — doucement, régulièrement, sans cruauté, et sans abandonner la vérité pour épargner le moment. Vos sentiments sur qui vous êtes — aussi intenses, aussi durables soient-ils — ce sont des signaux. Ils ne sont pas des jugements définitifs. C'est votre âme qui pointe vers quelque chose de plus profond.

■ NOTE PASTORALE

Le travail de l'église n'est pas de rendre les gens confortables dans la confusion. C'est de dire la vérité dans l'amour — et de rester dans la salle pendant que la vérité fait son travail. La vérité sans amour est de la brutalité. L'amour sans vérité est de la sentimentalité. Aucun des deux n'est du soin pastoral.

Une Parole Directe à Ceux Qui Propagent Ces Idéologies

À ceux qui enseignent activement aux jeunes — en particulier aux enfants — que leur sexe biologique est une construction sociale à

rejeter ; que le genre est purement un sentiment qui devrait être médicalisé et chirurgicalement affirmé :

Vous n'êtes pas gentil. Vous êtes imprudent avec les enfants des autres.

Les données à long terme sur ceux qui ont subi des procédures médicales irréversibles à l'adolescence et qui expriment ensuite des regrets ne sont pas un argument politique. C'est une réalité clinique croissante reconnue même dans les institutions médicales les plus progressistes du monde.

<i>Si quelqu'un fait trébucher l'un de ces petits qui croient en moi, il vaudrait mieux pour lui qu'on lui attache au cou une meule et qu'on le jette au fond de la mer.</i>

— Matthew 18:6

Je n'appelle pas à la cruauté envers qui que ce soit. Mais j'appelle à l'honnêteté. À ralentir. À placer le bien-être à long terme des vrais enfants au-dessus de l'élan idéologique. Les enfants ne peuvent pas le ralentir eux-mêmes. C'est pour ça que les adultes sont là.

À Ceux Qui Ont Déjà Fait le Changement

Et maintenant je dois m'arrêter, me retourner et parler directement, soigneusement, et avec tout ce que j'ai, à quelqu'un d'autre dans la salle. Quelqu'un qui a lu ce que j'ai écrit ci-dessus sur la conception, sur homme et femme, sur les choix irréversibles et a senti le sol se dérober légèrement sous eux. Parce qu'ils ont déjà fait ces choix. La chirurgie a eu lieu. Les hormones font partie de leur vie depuis des années. Le nom légal est différent. Le corps a été changé.

Je vous vois. Je ne regarde pas au-delà de vous pour m'adresser à quelqu'un d'autre. Je vous parle, maintenant, avant tout autre chose.

<i>L'amour de Dieu pour vous ne dépend pas de l'état de votre corps. Il ne l'a jamais été. Il ne le sera jamais.</i>

Pas de ce que vous lui avez fait. Pas de ce qu'on lui a fait. Pas des procédures qui ont été effectuées, des hormones administrées, des documents réémis. L'amour de Dieu a précédé votre corps et le survivra. Et il vous atteint — spécifiquement, personnellement, avec une pleine connaissance de votre histoire complète — exactement là où vous êtes maintenant.

<i>Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos.</i>

— Matthew 11:28

Il n'a pas dit : viens à moi une fois que tu as réglé la chose compliquée. Il a dit : viens. Tous ceux qui sont fatigués. Tous ceux qui sont chargés. Viens.

Ce Que Je Ne Dis Pas

Je ne dis pas que parce que Dieu vous aime, les décisions qui ont été prises étaient sans conséquence. Je ne dis pas que toutes les routes mènent au même endroit et que ce que nous faisons avec notre corps est spirituellement hors sujet.

Je dis quelque chose de beaucoup plus spécifique et beaucoup plus important que cela : vous ne pouvez pas défaire

ce qui a été fait. Et Dieu le sait. Et il vous rencontre là où vous êtes vraiment, pas là où vous devriez théoriquement être.

Le Poids Que Vous Portez Peut-être

J'ai parlé avec des gens qui portent quelque chose qui est très difficile à nommer pour quiconque n'a pas été à cette place spécifique. Le poids d'avoir fait un choix irréversible et puis, quelque part en chemin, de rencontrer des questions qui n'étaient pas disponibles quand le choix a été fait.

Certains d'entre vous portent des regrets. Pas des regrets performés — le genre calme, privé, à 3h du matin, assis avec une décision qui ne peut pas être entièrement défaite et se demandant ce que cela signifie pour le reste de votre vie. Certains d'entre vous portent de la confusion. Certains portent de l'isolement.

Je ne suis aucune de ces communautés. Je suis un pasteur. Et le travail d'un pasteur est de s'asseoir avec les gens dans le poids qu'ils portent réellement.

<i>Vous n'êtes pas trop loin. Cet endroit n'existe pas dans la géographie de Dieu.</i>

Ce Qui Est Disponible Pour Vous Maintenant

Premièrement : vous êtes aimé. Complètement. Maintenant. Sans condition sur ce qui vient ensuite.

L'amour de Dieu n'est pas une récompense pour avoir atteint la bonne position théologique. C'est la fondation à partir de laquelle tout voyage honnête — y compris le voyage vers la vérité — devient

possible.

Deuxièmement : votre identité n'est pas déterminée par ce qu'on a fait à votre corps.

Votre identité — votre identité réelle, indestructible, écrite par Dieu — a été prononcée sur vous avant que vous ayez un corps pour vous sentir incertain. Vous êtes toujours fait à l'image de Dieu. Pleinement. Cette image est intacte.

Troisièmement : ce que vous ne pouvez pas défaire, Dieu peut le racheter.

La rédemption n'est pas la même chose que le retour en arrière. Elle ne signifie pas toujours retourner en arrière. Parfois — souvent — cela signifie que Dieu prend ce qui est et en fait quelque chose qui sert des buts que vous ne pouvez pas encore voir. Votre histoire n'est pas terminée.

Une Parole Pratique

Si vous êtes dans un endroit de vraie douleur autour de ceci, et je sais que certains d'entre vous le sont, s'il vous plaît ne le portez pas seul. Trouvez un pasteur, un conseiller ou un thérapeute chrétien de confiance.

Si vous êtes dans un endroit de paix relative — si vous avez trouvé un moyen de tenir votre histoire et votre foi ensemble — alors ma parole pour vous est simplement : le Dieu qui a marché avec vous à travers tout ce que vous avez vécu marche toujours avec vous maintenant.

■ NOTE PASTORALE

Le Dieu qui a rencontré la femme au puits dans sa saison la plus compliquée, qui s'est assis avec Zachée dans son chapitre le plus compromis, qui a restauré Pierre après son échec le plus public — ce Dieu n'a pas de catégorie de personne qu'il ne peut pas atteindre. La portée est totale. L'amour est complet. Et l'invitation est la même qu'elle a toujours été : viens.



7. Vos Frères et Sœurs et Votre Position dans la Famille

Si vous aviez le choix, la plupart d'entre nous n'auraient pas choisi les frères et sœurs que nous avons. Je dis cela avec amour. Les gens qui nous connaissent le mieux et nous agacent le plus sont généralement la famille. Votre position dans votre famille — que vous soyez premier, du milieu ou dernier — vous a enseigné des choses sur le leadership, la négociation et la survie qu'aucune école ne peut reproduire.

La position de votre frère/sœur et de votre famille est un terrain de préparation pour le monde réel. C'est une répétition pour perfectionner ce que Dieu a planté en vous pour influencer positivement le monde.

Les dynamiques de votre famille étaient conçues pour vous former pour les missions spécifiques qui vous attendent. Votre famille était votre premier lieu de travail, votre première table de négociation, votre première communauté de différence.

Et voici la miséricorde extraordinaire : ils vous ont préparé honnêtement avec amour. Parce que le monde extérieur à votre

famille exigera les mêmes capacités — patience, négociation, résolution de conflits, leadership — mais il ne le fera pas toujours avec amour.

Mais si vous ne l'avez pas appris à la maison — si vous avez évité la friction, externalisé le conflit — alors le monde extérieur vous formera. Il le fera. L'examen n'est pas facultatif. Il sera donné sans le coussin de l'amour familial. Dans tous les cas, vous devez réussir. Le niveau pour lequel vous êtes fait l'exige.

<i>Votre famille était votre premier monde. Elle vous préparait, qu'elle le sache ou non, pour chaque monde qui a suivi.</i>

Donc si votre famille était difficile — si les dynamiques étaient dures, si les relations fraternelles étaient douloureuses — considérez ceci : vous avez peut-être reçu une éducation particulièrement intensive. Le diplômé de l'école difficile porte souvent des capacités que le diplômé de l'école facile n'a jamais eu à développer.

Réflexion

→ Quelle circonstance non choisie traitez-vous comme un désavantage ?

Et si c'était en fait un indice ?

→ Quel problème dans le monde — un qui vous brise personnellement le cœur — se connecte à d'où vous venez ?

→ Avez-vous jamais sérieusement recherché les histoires de vos parents ? Pas pour juger, mais pour comprendre ?

→ Qu'est-ce que votre position dans la famille vous a appris qui s'est avéré utile dans le monde réel ?

<i>Je ne gaspillerai pas d'énergie à en vouloir aux choses que je n'ai pas choisies. Je les explorerai pour ce qu'elles essaient de me dire.</i>

CHAPITRE 5

Extraire l'Or

<i>Le Processus Long, Peu Glamour, et Complètement Valable de Vous Découvrir Vous-Même</i>

La découverte de soi ne ressemble pas à un TED Talk. Elle ne ressemble pas à un défi de trente jours sur Instagram. Elle ressemble à l'exploitation minière.

■ FAIT

L'or ne se trouve pas en surface. Les gisements naturels d'or se forment profondément sous terre sous une pression extraordinaire pendant des millions d'années. L'or sur l'étagère du bijoutier était, à l'état naturel, caché dans la roche — nécessitant de l'expertise pour le trouver, l'extraction pour le retirer, et le raffinage pour devenir ce qu'il était toujours destiné à être.

Étape Un : Trouver le Gisement

Vos indicateurs sont vos passions, vos obsessions inexplicables, les choses auxquelles vous revenez même après les avoir abandonnées, les problèmes qui vous mettent en colère d'une façon qui semble presque personnelle. Ce ne sont pas votre or. Ce sont les signaux que l'or est nearby.

Étape Deux : Les Forages

C'est la saison d'expérimentation. Le stage. Le projet secondaire. Le travail bénévole. Ce sont vos tests de forage. Certains reviendront vides. Ce n'est pas un échec. C'est des données. Chaque test vide vous dit où l'or n'est pas — et rétrécit la recherche pour le trouver.

Étape Trois : L'Extraction

Extraire l'or de la roche n'est pas un processus délicat. Cela implique de briser, d'écraser, de séparer. La découverte de soi a une phase qui ressemble exactement à ça. Il y aura une saison où vous brisez des choses — des hypothèses, des auto-images, des récits hérités. Cette rupture n'est pas la preuve que quelque chose a mal tourné. C'est la preuve que l'extraction a commencé.

<i>Les ressources les plus précieuses ne se trouvent pas en surface. Si vous en voyez une là, quelqu'un l'a exploitée et perdue.</i>

Étape Quatre : Le Raffinage

L'or brut contient encore des impuretés. Votre processus de raffinage ressemble au mentorat, à l'éducation, à la communauté, à la correction. Il ressemble à s'asseoir avec des gens qui en savent plus que vous et à les laisser repousser les parties de vous qui sont encore impures.

■ ■ AVERTISSEMENT

Beaucoup de personnes découvrent de l'or en elles-mêmes et — parce que l'œil non entraîné autour d'elles ne le reconnaît pas — l'enterrent à nouveau. Ne laissez pas l'opinion d'un œil non entraîné déterminer la valeur de ce que vous avez trouvé.

Réflexion

- Où en êtes-vous dans le processus d'exploitation — sondage, forage, extraction ou raffinage ?
- Qu'est-ce que l'opinion non entraînée de quelqu'un d'autre vous a fait enterrer que vous devriez retourner trouver ?
- Qui dans votre vie pourrait servir de raffineur ?

<i>Je vais extraire. Je vais forer. Je vais raffiner. Et je ne vais pas confondre la difficulté du processus avec la preuve qu'il n'y a rien qui vaille la peine d'être trouvé.</i>

CHAPITRE 6

Le Choix — Liberté ou Piège ?

<i>La Chose la Plus Puissante Que Vous Possédez et la Plus Dangereuse</i>

Chaque choix majeur que vous avez fait au cours des cinq dernières années — d'où venait-il ? Venait-il de vous ? De votre compréhension genuïne de qui vous êtes et ce pour quoi vous êtes ici ? Ou de ce qui était disponible ? De ce qui était attendu ? De la peur ?

La Définition du Choix

<i>« Le choix est l'option préférée basée sur ce que vous savez ou percevez être mieux que ce que vous avez ou là où vous êtes maintenant — et vous êtes prêt à abandonner ce que vous avez ou là où vous êtes pour l'obtenir. »</i>

Notez : ce que vous savez ou percevez. Pas ce qui est vrai. Vos choix ne sont aussi sages que vos connaissances — et vos connaissances ne sont aussi larges que votre exposition.

■ TEST

Regardez vos plus grands choix au cours des trois dernières années. Pour chacun : était-ce un choix que j'ai fait à partir de qui je suis — ou de qui j'avais peur de ne pas être ?

Quand Partir Laisse le Problème Plus Fort

Quand les défis arrivent, le premier instinct est souvent de partir. Mais parfois — souvent, en réalité — vous avez été placé dans une situation difficile précisément parce que vous avez ce qui est nécessaire pour la surmonter. Et si chaque personne avec cette capacité part, le problème reste — plus fort maintenant, parce que tous les gens-solutions sont partis.

<i>Et si décider de partir signifiait que le problème obtenait tout ce dont il avait besoin pour grandir ? Que se passe-t-il pour les endroits difficiles quand tous les bâtisseurs partent ?</i>

La Question de Révision

À intervalles réguliers dans votre vie, asseyez-vous avec vous-même et demandez : Quels choix ai-je faits ? Où m'ont-ils mené ? Me sens-je accompli ? Et y a-t-il une correction de cap nécessaire ? Parfois le choix le plus puissant que vous puissiez faire est de revenir — revenir à la vocation, à la version de vous-même que vous avez abandonnée quand l'opinion de quelqu'un d'autre l'a rendu impraticable.

Réflexion

→ *Quel est un choix que vous avez fait qui était davantage motivé par la peur que par une vraie connaissance de soi ?*

→ *Y a-t-il quelque chose que vous avez laissé — une vocation, un projet, une direction — auquel vous devriez revenir ?*

→ Si vous remontiez votre vie actuelle à travers vos choix, où mène la chaîne ? Cette origine vous appartient-elle ?

<i>Je réviserai mes choix — pas pour me punir pour le passé, mais pour prendre possession de l'avenir.</i>

PARTIE TROIS

Le Véhicule et la Route

*<i>Votre Corps, Votre Résilience et les Gens Qui Voyagent avec
Vous</i>*

CHAPITRE 7

Le Véhicule

<i>Votre Corps N'Est Pas Seulement Là Où Vous Vivez — C'Est Comment Vous Voyagez</i>

Si vous planifiez un long voyage, que feriez-vous d'abord ? Vous vérifieriez la voiture. Vous ne commenceriez pas un voyage sérieux dans quelque chose que vous n'avez pas inspecté. Maintenant, dites-moi : quand avez-vous fait la dernière révision de vous-même ?

■■ DIFFÉRENCE ESSENTIELLE

Un moteur de voiture qui tombe en panne peut être remplacé. Votre corps n'a pas de tel remplacement. Vous en avez un. Celui-ci. Pour tout le voyage. Cela change tout sur la façon dont il devrait être entretenu.

Votre corps vous communique constamment. La fatigue qui ne se lève pas après le sommeil. La douleur qui revient. La façon dont votre poitrine se serre dans certaines situations. Votre corps parle. La question est de savoir si vous écoutez.

Le Mental et le Physique : Un Seul Voyage

C'est 2026. Nous devrions être bien au-delà de la stigmatisation autour de la santé mentale — et pourtant dans trop de maisons, d'églises et de bureaux, la santé mentale est encore traitée comme un échec spirituel ou un concept occidental. Ce n'est ni l'un ni l'autre. C'est simplement la santé de l'organe qui conduit tout le reste.

■ FAIT

La génération Z mondiale est la génération la plus stressée mentalement jamais enregistrée. Elle est aussi la génération la plus disposée à demander de l'aide. Cette volonté n'est pas une faiblesse. C'est de l'intelligence. Vous ne pouvez pas conduire un véhicule vers sa destination si vous faites semblant que les voyants d'avertissement ne sont pas allumés.

La Charge Invisible

Il y a un type de fatigue que le sommeil ne guérit pas. C'est la fatigue de porter des choses qui n'ont jamais été les vôtres à porter. Les attentes de la famille. La réputation de la communauté. Poser une partie de cette charge n'est pas de l'abandon. C'est de l'auto-préservation. Et l'auto-préservation — le genre honnête et intelligent — vous rend plus disponible pour les gens que vous aimez, pas moins.

Réflexion

- *Quand avez-vous fait pour la dernière fois un contrôle honnête du véhicule — santé physique, santé mentale, repos et état émotionnel ?*
- *Que vous dit votre corps en ce moment que vous avez ignoré ?*
- *Votre rythme de vie actuel est-il durable — pas pour la semaine prochaine, mais pour les vingt prochaines années ?*

<i>Je prendrai soin de mon corps — pas parce que je suis vaniteux, mais parce que le voyage nécessite un véhicule qui peut aller la distance.</i>

CHAPITRE 8

La Résilience

<i>Vous N'Êtes Pas la Première Personne À Qui C'est Arrivé</i>

Vous n'êtes pas la première personne à qui c'est arrivé.

Quoi que ce soit. L'examen raté. La relation brisée. L'entreprise effondrée. La famille qui vous a déçu. L'église qui vous a blessé. Quelqu'un avant vous l'a fait face. S'est levé. Et vous a laissé un chemin.

La Nature Mal Comprise des Épreuves

Dans de nombreuses cultures, il y a une tendance à lire la difficulté comme une punition. Je dis cela prudemment : parfois ces choses sont réelles. Mais certains défis sont simplement la route. Et la bonne réponse au terrain n'est pas l'urgence — c'est la compétence.

■ CHANGER DE PERSPECTIVE

Quand vous surmontez un défi, vous ne faites pas que survivre.

Vous devenez son entraîneur. La personne qui vient derrière vous bénéficiera du fait que vous l'avez traversé et vous souvenu de ce qui a fonctionné et l'avez partagé.

L'Instinct d'Isolement — Pourquoi le Surmonter

Quand les choses deviennent difficiles, la première pensée pour la plupart des gens est de se taire. De s'en occuper seul. L'isolement en crise est la chose la plus dangereuse que vous puissiez faire. Les

êtres humains n'ont pas été conçus pour porter leurs charges les plus lourdes seuls. Trouvez vos gens — ceux avec leur propre tissu cicatriciel, ceux qui savent ce que c'est d'être brisé et ne paniqueront pas devant le vôtre.

<i>Ne vous isolez pas dans vos moments difficiles. Ce n'est pas la lèpre. C'est une phase de la vie qui passera — si vous avez les bonnes personnes autour de vous quand elle frappe.</i>

Réflexion

- Quel défi faites-vous actuellement face seul que vous ne devriez pas faire face seul ?
- Quel défi avez-vous déjà survécu que vous n'avez pas encore utilisé pour aider quelqu'un d'autre ?
- D'où vient l'instinct de « juste pousser seul » — et vous sert-il vraiment ?

<i>Je me relèverai. Et quand je le ferai, je tendrai la main à la personne qui est encore à terre.</i>

CHAPITRE 9

Personne N'Est une Île

<i>Pourquoi Votre Don N'Était Jamais Destiné Qu'À Vous</i>

*<i>Chaque don que vous portez est pour
quelqu'un d'autre.</i>*

Pas entièrement pour quelqu'un d'autre. Mais partiellement. Fondamentalement. Les compétences que vous développez, la perspicacité que vous acquérez, la sagesse qui s'accumule à travers vos luttes et percées — rien de tout cela n'était censé rester en vous. C'était censé couler à travers vous.

La Conception Interconnectée

Vous n'êtes pas né dans l'isolement et vous n'avez pas été conçu pour y vivre. Les choses dans lesquelles vous êtes naturellement doué sont, dans la plupart des cas, exactement les choses dans lesquelles quelqu'un de votre cercle est naturellement déficient. Quand nous comprenons cela, la compétition devient presque risible.

■ VÉRITÉ

André a amené Pierre à Jésus, puis s'est effacé pendant que Pierre devenait célèbre et André restait largement inconnu. L'histoire dit qu'André est allé prêcher dans des régions qu'aucun autre apôtre n'a atteintes. Il n'était pas moins. Il était déployé différemment. Le monde a besoin de ses André autant que de ses Pierre.

Servir en Premier

Si vous voulez trouver les gens qui soutiendront vraiment votre voyage, voici la clé contre-intuitive : servez-les en premier. Pas comme stratégie. Pas comme transaction. Comme une expression genuine du fait que vos dons existent pour améliorer la vie de quelqu'un d'autre.

Réflexion

→ *Qui dans votre vie êtes-vous en train de concurrencer quand vous devriez collaborer ?*

→ *Qu'avez-vous maintenant — compétence, accès, connaissance, temps — dont quelqu'un dans votre cercle a vraiment besoin ?*

→ *Qu'est-ce que la personne la plus difficile dans votre vie vous enseigne actuellement ?*

<i>Je ne vais pas concurrencer les gens avec qui j'ai été construit pour me compléter. Je vais servir en premier. Construire ensemble. Et faire confiance que ce qui part revient avec intérêts.</i>

PARTIE QUATRE

Le Monde et Votre Monde

*<i>Le Changement, l'Équilibre, la Gratitude et Bâtir Quelque
Chose Qui Dure</i>*

CHAPITRE 10

Embrasser le Changement

<i>La Seule Constante du Voyage — et Comment Arrêter de Lutter Contre Elle</i>

La plupart des gens ont une relation théoriquement saine avec le changement. « Le changement c'est la croissance. » « S'adapter ou mourir. » Nous connaissons toutes les formules. Mais quand le changement est personnel — quand c'est votre plan qui déraile, votre confort qui est perturbé — la plupart d'entre nous trouvent notre amour du changement quelque peu moins enthousiaste que l'affiche le suggérerait.

■ OBSERVATION HONNÊTE

Personne qui est véritablement à l'aise n'a besoin d'être invité à embrasser le confort. L'instruction « embrasser le changement » s'adresse à la version de vous qui tient actuellement quelque chose des deux mains que Dieu, la vie, ou simplement le temps essaie de bouger.

Pourquoi le Changement Ressemble à une Perte

Chaque changement implique la fin de quelque chose. Même les meilleurs changements exigent que vous laissiez quelque chose derrière. Ce n'est pas une faiblesse. C'est le coût naturel de la croissance. Vous ne pouvez pas devenir une nouvelle version de vous-même sans que la version précédente relâche son emprise.

Les Transitions comme Salles de Classe

Chaque transition majeure dans votre vie — choisie ou imposée — est une salle de classe. Elle vous apprend quelque chose qu'aucune saison stable ne peut enseigner.

<i>Les transitions auxquelles vous résistez le plus sont souvent celles qui enseignent les leçons dont vous avez le plus besoin. Penchez-vous. Vous en sortirez avec quelque chose que les saisons stables n'auraient jamais pu vous donner.</i>

Réflexion

→ Quel changement dans votre vie résistez-vous actuellement ? Que coûte cette résistance ?

→ En regardant en arrière, quelle transition — même une que vous n'avez pas choisie — a produit une croissance dont vous êtes reconnaissant maintenant ?

→ Quelle est la leçon de votre saison actuelle ? Avez-vous posé la question encore ?

<i>Je ne vais pas me battre contre les saisons. J'apprendrai d'elles, je grandirai à travers elles, et j'en sortirai plus équipé que j'y suis entré.</i>

CHAPITRE 11

La Discipline de la Gratitude

<i>Pourquoi le Remerciement N'Est Pas Doux — Il Est Stratégique</i>

La gratitude est souvent présentée comme une émotion — un sentiment que vous avez quand les choses vont bien. Ce n'est pas la gratitude dont je veux parler.

La gratitude qui vous change vraiment est celle que vous pratiquez avant que les preuves n'arrivent.

Chaque grande tradition spirituelle — et la Bible est explicite à ce sujet : en toutes choses, rendez grâces — est arrivée à la même conclusion. La gratitude n'est pas une réponse à de bonnes circonstances. C'est une posture de la volonté. C'est un choix que vous faites, délibérément et souvent de manière inconfortable, pour reconnaître ce qui est encore vrai et encore disponible même quand le présent est difficile.

■ FAIT

La recherche de l'École de Médecine de Harvard relie régulièrement la pratique de la gratitude à une meilleure santé mentale, un meilleur sommeil, des relations plus fortes et une plus grande résilience. Ce n'est pas un sentiment que vous attendez. C'est une discipline que vous pratiquez — et les résultats se cumulent avec le temps.

La Gratitude dans les Saisons Difficiles

Je ne vous demande pas d'être reconnaissant pour la souffrance ou d'afficher la gaieté quand vous êtes brisé. Ce que je vous demande est plus difficile et plus puissant : pouvez-vous trouver ce qui est encore vrai même à l'intérieur de la saison difficile ?

<i>La gratitude est la discipline de voir ce qui est encore vrai quand tout semble perdu. C'est la lentille la plus précise disponible.</i>

La Pratique de la Gratitude

Chaque soir — avant de dormir — pensez à trois choses qui étaient vraies aujourd'hui que vous n'avez pas faites. Faites cela pendant trente jours. Cela recalibrera graduellement ce que vous voyez. Et ce que vous voyez détermine ce que vous construisez.

Réflexion

→ *Qu'est-ce que vous tenez pour acquis dans votre vie actuelle qui, si c'était enlevé, deviendrait immédiatement précieux ?*

→ *Y a-t-il une saison difficile dans laquelle il y a encore quelque chose pour lequel être vraiment reconnaissant ? Qu'est-ce que c'est ?*

→ *Comment se sentirait votre vie si vous pratiquiez la gratitude comme discipline quotidienne — pas un sentiment, mais un choix ?*

<i>Je pratiquerai la gratitude comme discipline, pas comme émotion. Je vais entraîner mes yeux à voir ce qui est encore vrai, surtout dans les saisons difficiles.</i>

CHAPITRE 12

Trouver l'Équilibre

<i>Entre le Monde Qui Vous a Fait et le Monde Qui Vous Attend</i>

Imaginez une rivière. Sur une rive, il y a une ville — organisée, structurée, avec des routes et des règles. Sur l'autre rive, il y a une forêt — sauvage, riche, pleine de choses qui n'ont pas d'équivalent dans la ville. La plupart des gens passent toute leur vie dans la ville. Les plus sages apprennent à traverser la rivière.

La ville est le monde organisé : école, carrière, systèmes, économie. La forêt est votre monde : vos dons, votre but, votre conception voulue par Dieu. L'équilibre est une stance active, toujours en ajustement, qui vous permet de fonctionner dans les deux mondes sans vous perdre dans l'un ou l'autre.

■ MODÈLE BIBLIQUE

Moïse a grandi dans le palais de Pharaon — la ville, entièrement organisée. Son but l'a obligé à connaître ce monde, à s'y déplacer, à parler sa langue. Mais sa destinée était pour le peuple dans le désert. Le palais était une préparation pour le but, pas le but lui-même.

Le Danger de l'Assimilation Totale

Voici ce qui se passe quand la ville gagne complètement : à un moment donné — cela peut être à la quarantaine, comme pour moi — vous vous asseyez dans un moment calme et réalisez que vous

avez construit le rêve de quelqu'un d'autre au-dessus de votre propre fondation.

Le Danger de la Rébellion Totale

Certaines personnes, ayant découvert l'écart entre le monde organisé et leur vocation, rejettent entièrement le monde organisé. Mais le but nécessite une structure. Votre don a besoin de discipline, de développement, de raffinement. Déconstruisez ce qui doit être déconstruit. Puis construisez.

Réflexion

→ Êtes-vous actuellement trop dans la ville, trop loin dans la forêt, ou trouvez-vous un point de traversée ?

→ Quand avez-vous travaillé pour la dernière fois sur quelque chose qui appartenait entièrement à votre propre monde ?

→ Quelle est une chose que vous pouvez faire cette semaine pour traverser la rivière — même à mi-chemin ?

<i>Je travaillerai dans le monde organisé sans en être possédé. Et je construirai dans mon propre monde — même en petites étapes quotidiennes — jusqu'à ce que les deux se rencontrent.</i>

PARTIE CINQ

La Destination, c'est les Gens

*<i>L'Héritage, le But, le Pardon et la Génération Derrière
Vous</i>*

CHAPITRE 13

Pardonner à l'Avance

<i>Les Bagages Que Vous Ne Pouvez Pas Vous Permettre de Porter Jusqu'à Votre Destination</i>

La plupart des conversations sur le pardon regardent en arrière. Quelque chose s'est passé. Quelqu'un vous a blessé. Maintenant on vous conseille de pardonner. Mais je veux vous donner quelque chose d'encore plus puissant :

Pardonnez à l'avance.

Le voyage vers votre but vous emmènera à travers des gens. Certains vous trahiront. Certains s'approprieront ce que vous avez construit. Certains deviendront vos critiques les plus vocaux. Rien de tout cela n'est une raison d'arrêter le voyage. Mais c'est une raison d'y entrer préparé.

<i>Pardonnez à l'avance. Le voyage est trop important pour être déraillé par une blessure que vous auriez pu anticiper.</i>

■ VÉRITÉ HONNÊTE

Certaines des personnes qui vous ont blessé ne savaient même pas qu'elles vous blessaient. Elles faisaient de leur mieux avec ce qu'elles savaient, à l'intérieur de leurs propres blessures et pressions. Cela ne le rend pas juste. Cela le rend compréhensible. Et compréhensible est le premier pas vers la libération.

La Métaphore des Bagages

Imaginez que vous voyagez de Lagos à Londres avec soixante kilos de bagages. La compagnie aérienne en autorise trente. À l'enregistrement : payez l'excédent ou laissez-le derrière. Le manque de pardon est un bagage excédentaire. Lourd. Coûteux à porter. Il vous ralentira à chaque étape du voyage.

Certains d'entre vous portent le poids d'un commencement qui n'aurait jamais dû être. Ces blessures sont réelles. Elles nécessitent un vrai traitement. Et puis, doucement, ramassez le stylo. Les gens qui vous ont blessé étaient des acteurs dans votre histoire. Mais ils n'en sont pas l'auteur. Vous en êtes l'auteur. Et Dieu est toujours prêt et désireux de diriger — si vous lui permettez.

***<i>Posez les bagages. Voyagez léger. Permettez
à Dieu. Arrivez entier.</i>***

Réflexion

→ Qui devez-vous pardonner — rétrospectivement ou à l'avance — pour pouvoir voyager plus léger ?

→ *Quel poids portez-vous de votre passé qui ralentit votre présent ?*

→ *Si les personnes qui vous ont blessé étaient des acteurs dans une histoire dont vous n'avez pas encore écrit le dernier chapitre — à quoi ressemble ce dernier chapitre ?*

***<i>Je ne porterai pas ce qu'on m'a fait jusqu'à l'endroit où
je vais. La destination est trop importante. Les bagages
restent ici.</i>***

CHAPITRE 14

Le But et la Multitude

<i>Votre Histoire N'a Jamais Seulement Été Pour Vous</i>

Quand vous trouvez votre but et commencez à y marcher, vous marcherez dedans principalement seul pendant une saison. Les premières étapes du but sont souvent silencieuses, peu glamourieuses, mal comprises. Ne confondez pas la solitude des premières étapes avec la preuve que le voyage est mauvais.

■ LE PRINCIPE

Moïse a passé quarante ans dans le désert avant d'être prêt.

Joseph a passé des années dans une fosse et une prison avant que son but ne se révèle dans le palais. La phase de préparation semble toujours plus longue qu'elle ne devrait — et elle n'est jamais gaspillée.

Le Principe de Multiplication

Le but se multiplie. La personne qui découvre et marche dans son but n'impacte pas seulement les gens immédiatement autour d'elle. Elle impacte les gens que ces gens impactent. Le but, fidèlement vécu, est générationnel. Vous ne rencontrerez peut-être jamais la personne dont la vie est changée par le sillage de votre fidélité. Ce n'est pas une raison de douter. C'est une raison de faire confiance.

La Génération Alpha Observe

Si vous êtes un adolescent ou un jeune adulte qui lit ceci, la génération derrière vous observe déjà. Pas votre performance sur les réseaux sociaux. La vraie version. Celle qui se présente dans les petits moments. Celle qui répond sous pression. Celle qui choisit le caractère quand personne ne regarde.

***<i>Votre vie n'est pas seulement votre histoire.
C'est une preuve pour les générations qui
viennent derrière vous de ce qui est possible.</i>***

Réflexion

→ Qui dans la génération derrière vous avez-vous de l'influence — même informellement ? Qu'apprennent-ils en vous regardant ?

→ Si votre vie, telle qu'elle est actuellement vécue, était un modèle passé à la prochaine génération — que voudriez-vous changer ?

→ Que signifierait vivre non seulement pour votre propre accomplissement, mais comme preuve de ce qui est possible ?

***<i>Je vivrai comme quelqu'un qui vaut la peine d'être
suivi. Pas parfaitement — mais honnêtement,
régulièrement, et avec la prochaine génération quelque
part dans mon cœur.</i>***

PARTIE SIX

Le Caractère Sous Tout le Reste

*<i>Pourquoi Qui Vous Êtes Compte Plus Que Ce Que Vous
Accomplissez</i>*

CHAPITRE 15

La Beauté de la Vie Ordinaire

<i>Pourquoi le Spectaculaire N'Est Pas la Seule Vie qui Vaille la Peine d'Être Vécue</i>

Voici le chapitre que j'ai failli ne pas écrire. Tout le monde n'est pas appelé à être célèbre. Tout le monde n'est pas appelé à diriger des millions. Et l'un des mensonges les plus destructeurs que l'ère du personal branding a raconté à toute une génération est qu'une vie peu spectaculaire est une vie insuffisante.

Ce n'est pas le cas.

La mère qui a élevé ses enfants avec honnêteté, présence et amour inconditionnel a vécu un but aussi important que celui de n'importe quel PDG ou influenceur mondial. Parce que les enfants qu'elle a élevés porteront ce qu'elle a planté dans chaque pièce qu'ils entreront jamais.

■ VÉRITÉ

Philippe est décrit dans les Évangiles comme le penseur logistique. Quand cinq mille personnes avaient besoin d'être nourries, Jésus a d'abord demandé à Philippe. Chaque mouvement en a besoin d'un — pas pour être visible mais pour être essentiel. Le monde est tenu ensemble par ses Philippe et ses André bien plus qu'il ne l'admet.

Le Piège de la Comparaison

Les médias sociaux ont rendu l'extraordinaire constamment visible tout en rendant l'ordinaire invisible. Vous faites défiler les moments forts de dix mille vies pendant que vous vivez l'expérience complète et non éditée de la vôtre. La comparaison est structurellement injuste.

L'Invitation au Contentement

Le contentement n'est pas la complaisance. La complaisance, c'est se satisfaire de moins que ce pour quoi vous avez été fait. Le contentement, c'est trouver une vraie paix et une vraie valeur dans la saison dans laquelle vous êtes réellement — tout en construisant la vie qu'elle devient. Paul a écrit depuis une cellule de prison : 'J'ai appris, en quelque état que je sois, à être satisfait.' Notez le mot : appris. Le contentement est une discipline.

<i>Le spectaculaire et l'ordinaire sont tous les deux dans l'économie de Dieu. Ce qui compte, c'est la fidélité — pas la visibilité.</i>

Réflexion

→ Avez-vous secrètement eu honte de l'échelle de votre vie — la comparant à quelque chose de plus bruyant, plus visible, plus dramatique ?

→ Qui dans votre vie ordinaire vous a façonné plus profondément que n'importe quelle figure publique ? Le lui avez-vous dit ?

→ Que signifierait être véritablement content dans votre saison actuelle tout en allant de l'avant ?

*<i>Je ne mépriserai pas l'ordinaire. J'y serai fidèle — et je
ferai confiance que la fidélité, pas le spectacle, est la
mesure qui compte.</i>*

CHAPITRE 16

Le Caractère Est l'Infrastructure

<i>Tout le Reste Est Construit Par-Dessus</i>

Nous avons parlé de la vie, du but, de la résilience, des relations et de l'équilibre. Mais en dessous de tout cela — le mur porteur qui tient tout le reste — se trouve quelque chose que nous disons trop souvent dans les églises et trop rarement dans la pratique :

Le Caractère.

Pas le talent. Le talent sans caractère est un bâtiment sans fondation. Pas l'intelligence. L'intelligence sans caractère est une arme sans sécurité. Pas les connexions. Les connexions sans caractère sont des transactions à court terme déguisées en relations à long terme. Le caractère est la chose qui reste cohérente quand personne ne regarde.

L'Érosion Lente

Personne ne se réveille un matin et décide de devenir une personne malhonnête. Le caractère ne s'effondre pas soudainement.

Le caractère s'érode graduellement.

Il commence par de petits compromis. Le rapport de dépenses légèrement ajusté. Le crédit pris pour l'idée de quelqu'un d'autre. La vérité dite partiellement. Chaque compromis est petit. Chacun a une bonne raison. Et chacun rend le suivant légèrement plus facile.

■ ■ EXAMEN DE CONSCIENCE

Quels petits compromis faites-vous en les appelant « réalistes »

? Quel a été le coût cumulé de ces compromis — dans votre intégrité, dans vos relations, dans votre paix ?

Construire le Caractère Délibérément

Le caractère est construit, pas hérité. Vous n'êtes pas né patient. Vous devenez patient — à travers des saisons qui ont exigé de la patience et des choix qui ont choisi la patience quand l'impatience était disponible. Chaque qualité de caractère que vous voyez chez une personne que vous admirez a été construite par elle, délibérément, à travers des choix.

<i>Le caractère n'est pas ce que vous faites avec les grandes décisions. C'est ce que vous faites avec les petites — régulièrement, quand personne ne regarde.</i>

Réflexion

→ *Quel est l'écart entre la personne que vous présentez publiquement et la personne que vous êtes vraiment ? Où est-il le plus large ?*

→ *Quelle qualité de caractère voulez-vous le plus développer l'année prochaine ? Quel choix quotidien spécifique le construirait ?*

→ *Qui est une personne dans votre vie dont vous admirez profondément le caractère ? Le lui avez-vous jamais dit ?*

*<i>Je vais combler l'écart. Pas tout d'un coup — mais
aujourd'hui, un choix à la fois, je choisis la vie
indivise.</i>*

CHAPITRE 17

La Monnaie du Temps

<i>Pourquoi Votre Ressource la Plus Finie Est Celle que Vous Dépensez le Plus Négligemment</i>

L'argent, s'il est perdu, peut être regagné. La santé, si elle est endommagée, peut souvent être rétablie. Les relations, si elles sont brisées, peuvent parfois être réparées.

Le temps ne peut pas être regagné. Pas une seule seconde.

Chaque heure que vous dépensez est dépensée de façon permanente. Les vingt-cinq ans entre ma scène de lycée et ma découverte de moi-même — je ne peux pas les avoir en retour.

Vous dépensez du temps maintenant. La seule question est en quoi vous le dépensez.

Le Piège du « Plus Tard »

<i>Plus tard est le mot le plus cher du vocabulaire humain.</i>

Le moment n'est jamais meilleur. Les circonstances ne s'alignent jamais parfaitement. La préparation que vous attendez n'est pas une destination à laquelle vous arrivez — c'est une qualité que vous développez en commençant, imparfaitement, maintenant. Le regret le plus courant des gens à la fin de leur vie est : « J'aurais aimé avoir été plus courageux plus tôt. »

■ VÉRITÉ

La personne qui lit ceci à dix-sept ans a environ soixante ans de vie adulte intentionnelle devant elle. La personne qui lit ceci à quarante-cinq ans a trente-cinq ou quarante ans de capacité productive devant elle. Aucun de ces chiffres n'est petit. Les deux sont finis. Que ferez-vous de ce qui reste ?

La Question de l'Investissement

Chaque jour est un investissement. Vous mettez vingt-quatre heures dans quelque chose. La question n'est pas de savoir si vous investissez — vous le faites toujours. La question est de savoir si vous investissez délibérément, dans les choses qui se composeront dans le temps dans la direction de votre but, ou accidentellement, dans les choses qui sont pratiques et consomment tranquillement la ressource qui ne peut pas être remplacée.

***<i>Commencez. Imparfaitement. Maintenant.
Parce que plus tard n'est pas une saison qui
arrive. C'est une histoire que vous vous racontez
sur pourquoi aujourd'hui n'était pas
suffisant.</i>***

Réflexion

- Si vous regardiez honnêtement comment vous avez passé la semaine dernière, que révèle ce schéma d'investissement sur vos vraies priorités ?
- Qu'avez-vous dit que vous feriez « plus tard » que vous savez honnêtement devrait commencer maintenant ?

→ Dans dix ans, qu'auriez-vous aimé avoir commencé aujourd'hui ?

<i>J'investirai mon temps délibérément. Non pas parce que j'en ai une abondance, mais parce que ce n'est pas le cas. En commençant maintenant.</i>

CONCLUSION : LE VOYAGE NE S'ARRÊTE PAS ICI

Nous avons commencé, vous vous en souvenez, avec une question sur un dépôt d'un million de dollars qui est arrivé dans la nuit. Le dépôt est toujours là. La vie qui vous a été donnée — ce cadeau extraordinaire, irremplaçable, chargé de but — attend toujours que vous la compreniez pleinement et l'utilisiez délibérément.

Voici ce que j'espère que vous emportez de ce livre : vous n'êtes pas un accident. Vous êtes un dépôt — fait délibérément, par un Donateur qui avait un but en tête, dans un endroit précis de l'histoire, avec un câblage précis, pour une contribution précise que seul vous pouvez faire.

<i>Vous avez un véhicule. Entretenez-le.</i>

<i>Vous avez une voie. Connaissez-la.</i>

<i>Vous avez une vie — et oui, elle est ordinaire dans beaucoup de ses heures, et ce n'est pas un échec. C'est la texture de la façon dont les vraies choses sont construites. Un jeudi fidèle à la fois. Un choix peu glamour à la fois. Une conversation, une décision, un petit acte de courage à la fois.</i>

Vous n'êtes pas la première personne à qui c'est arrivé. Et vous ne serez pas la dernière. Mais vous pouvez être l'un de ceux qui s'en sont sortis et se sont retournés pour aider.

C'est le voyage. C'est la vie. Vous y êtes déjà. Ne passez pas à côté.



— *Timilehin Idowu*

Festac Town, Lagos, Nigéria

2026

L'AUDIT DE VIE DE 30 JOURS

<i>Parce que lire sans faire est la façon dont nous restons confortables et inchangés.</i>

SEMAINE 1 — Sachez Ce Que Vous Avez

Jours 1–3 : L'Audit de Vie

Écrivez trois façons dont vous avez traité votre vie comme secondaire à autre chose. Que vous en coûte-t-il ? Maintenant, écrivez trois façons dont vous la traiterez comme primordiale cette semaine. Prenez un rendez-vous — un médecin, un jour de repos, une heure de silence délibéré.

Jours 4–7 : L'Audit des Dons

Asseyez-vous seul pendant une heure. Pas de téléphone. Demandez : Qu'est-ce que je porte qui me semble naturel mais semble difficile pour les autres ? Écrivez tout. Ne filtrez rien.

SEMAINE 2 — Sachez Qui Vous Êtes

Jours 8–10 : Les Indices Non Choisis

Recherchez les faits non choisis de votre vie — les histoires de vos parents, les circonstances de votre naissance, où vous avez grandi. Écrivez une phrase reliant votre origine à un possible but.

Jours 11–14 : L'Audit des Choix

Listez cinq choix majeurs que vous avez faits au cours des cinq dernières années. Pour chacun : ce choix venait-il de qui je suis, ou de qui j'avais peur de ne pas être ?

SEMAINE 3 — Construisez Ce Qui Compte

Jours 15–17 : L'Audit de la Contribution

Demandez à quelqu'un : 'En quoi penses-tu que je suis uniquement doué ?' Écoutez sans défendre. Ensuite, identifiez une personne qui a besoin de quelque chose que vous avez. Donnez-le cette semaine.

Jours 18–21 : L'Audit de la Résilience

Quel défi faites-vous face seul que vous ne devriez pas faire face seul ? Nommez-le. Nommez une personne qui devrait le savoir. Dites-lui.

SEMAINE 4 — Vivez le Voyage

Jours 22–25 : L'Audit du Pardon et de la Gratitude

Qui devez-vous pardonner — rétrospectivement ? Écrivez le nom. Écrivez ce que cela vous a coûté. Puis écrivez : 'Je libère ceci.' Commencez votre pratique de gratitude.

Jours 26–28 : La Question de l'Héritage

Écrivez votre déclaration de but. Terminez cette phrase : 'Ma vie rend le monde meilleur par _____.'. Nommez une personne dans la génération derrière vous qui vous observe. Que voulez-vous qu'elle voie ?

Jours 29–30 : Renouvellement de l'Engagement

Passez en revue les 30 derniers jours. Qu'est-ce qui a changé ? Qu'est-ce qui a commencé ? Qu'est-ce que vous portez différemment ? Définissez vos objectifs de caractère et de but sur 90 jours.



***<i>Je ne ferai pas que lire sur la vie. Je la vivrai —
délibérément, courageusement, pleinement.</i>***

À PROPOS DE L'AUTEUR

Timilehin Idowu — Timi pour ceux qui le connaissent — est mari d'Oluwakemi, père de trois enfants extraordinaires (Mojolaoluwa, Olaoluwatitomi et Oluwafoyinsolami), et co-fondateur de Flourish Playhouse, l'une des meilleures écoles de base de Lagos, nichée dans Festac Town.

Il sert en tant que pasteur à Worship Nation International Church, Festac Town, et se dévoue dans la vie des jeunes en tant que mentor, conférencier, organisateur de Teenspreneurship et écrivain transformationnel. Sa mission : aider les jeunes gens à découvrir leur but, construire leur caractère et poursuivre la grandeur avec sagesse, clarté et le genre de foi qui ne faiblit pas.

Il s'est découvert le 9 juin 2023, debout sur la scène où son propre voyage avait commencé. Tout depuis lors a été une tentative de sauver les autres d'attendre aussi longtemps qu'il l'a fait.



timijos@yahoo.com | medewheidowu@gmail.com | +234 703 055 5256