

Rester sur sa faim

Bonjour les amis et bienvenus dans ce nouvel épisode du podcast de Français Authentique. Je suis désolé, dès que j'ai allumé le micro pour commencer à parler, une minute avant, mon voisin a allumé la tondeuse, donc, il y a un peu de bruit derrière, mais j'espère que j'arriverai à faire en sorte que vous ne l'entendiez pas. Donc, si vous n'entendez rien, tant mieux mais si vous entendez un léger bruit en arrière-plan, il s'agit de mon voisin qui tond sa pelouse.

Quoi de neuf pour moi ou pour Français Authentique ? J'aime bien parler de mon actualité en début de podcast. En ce moment, je me pose beaucoup de questions sur mon contenu, sur mes vidéos, sur mes podcasts, comment je dois publier, quels sujets je dois aborder. Ça fait maintenant très longtemps que chaque semaine je publie deux à trois vidéos – avant, c'était même quatre – que je fais un podcast par semaine – là, ça va redevenir deux. En fait, je ne me pose pas la question de façon forte, « qu'est-ce que je dois faire ? Est-ce que je dois changer ? Est-ce que je dois continuer dans la même lancée. » Et ce que je fais toujours, je fais de grandes revues – j'en ai beaucoup parlé précédemment – au mois de décembre (en fin d'année, je fais toujours une revue de l'année et je me fixe de nouveaux objectifs) et j'essaye toujours également au bout de six mois (aux alentours du mois de mai-juin) de faire une revue des six mois. Je regarde comment se sont passés les six premiers mois de l'année, est-ce que je suis en avance ou en retard sur mes objectifs, etc. ? Et dans ce cadre, je remets un peu en question la stratégie de contenu – je vois que mes vidéos ne sont pas toujours vues, que j'ai de plus en plus d'abonnés mais que je n'ai pas de plus en plus de vues. Ce n'est pas que je suis amoureux des vues ou que j'ai une obsession au niveau des vues, mais, pour moi, ça a toujours été un signe que je vous aidais et pour moi, plus de vues signifie qu'il y a plus de monde qui regarde donc que mon contenu est intéressant.

Donc, je me pose plein de questions et vous pouvez très bien m'aider en mettant un petit commentaire sur Facebook ou en m'envoyant un e-mail en me disant : « Je préfère les podcasts. » ou « Je préfère les vidéos, je préfère tel sujet, je préfère les vidéos courtes, des vidéos longues, des podcasts courts, des podcasts longs. » avec votre avis et j'essayerai d'en tenir compte pour, je ne dirai pas remettre complètement en cause ma stratégie de contenu, mais, en tout cas, pour l'adapter et pour essayer de vous aider un maximum. Restez bien jusqu'au bout de cet épisode parce que je voudrais vous parler d'un autre sujet qui me tient à cœur et je vous fais une petite surprise également. Donc, restez bien jusqu'au bout, on va d'abord passer au sujet du jour qui est l'explication de l'expression « rester sur sa faim ».

C'est notre amie Eleonora qui m'a suggéré cette expression sur la page Facebook de Français Authentique et je t'en remercie, chère amie. Je vais vous expliquer, comme d'habitude, le sens de l'expression, au sens propre, au sens figuré ; je vais essayer de trouver

trois exemples d'utilisation, on travaillera un petit peu votre prononciation et ensuite, je vous parlerai d'un sujet très très important, un peu lié au fait que je vais faire ma revue des six mois et qu'il est bien de faire une petite revue de temps en temps.

« Rester sur sa faim ». Le verbe « rester », il a plein de sens, il a vraiment plusieurs sens. Ici, ça veut dire « continuer d'être dans un état ou continuer à avoir un sentiment. » Par exemple, si vous dites : « Oh, je reste fatigué. », ça veut dire : « J'étais fatigué avant et je continue à être fatigué. », donc, je continue à être dans l'état de fatigue. Vous pouvez également dire : « Je reste triste. » Ça veut dire que vous étiez triste avant et vous êtes encore triste maintenant, donc, vous continuez d'avoir ce sentiment, vous continuez d'être triste.

La faim, je pense que c'est clair pour vous. Si vous avez faim, vous avez envie de manger, vous avez besoin de manger. Et la faim, c'est le fait d'avoir envie ou besoin de manger. Si on regarde au sens propre de cette expression « rester sur sa faim », ça voudrait dire « continuer d'avoir envie ou d'avoir besoin de manger. » Ce serait le sens propre de cette expression.

Et au sens figuré, pour bien comprendre le sens de cette expression, il faut se dire qu'au sens figuré ici, le mot « faim » il ne montre pas une envie de manger ou un besoin de manger mais une envie en général ou une attente. Donc, le mot « faim », il ne dit pas [que] c'est une envie de manger, mais c'est une envie de quelque chose ou avoir une attente. Et l'expression « rester sur sa faim », elle veut tout simplement dire « être déçu, être insatisfait » ; vous attendiez quelque chose, vous aviez une grande attente sur quelque chose et vous n'obtenez pas ce que vous espériez. Vous restez sur votre faim. On va prendre quelques exemples.

Le premier, pour nos amis qui aiment le football. Imaginez qu'il y a un grand match la semaine prochaine, Real vs Barcelone, et vous dites : « Je suis super excité pour ce match ; il y a deux grandes équipes, on va voir un super match, beaucoup de spectacle, beaucoup de buts. » et donc, vous avez une grosse attente. Vous regardez le match et là, le match est ennuyeux à mourir, il n'y a pas de but, ça fait 0-0 et pendant 90 minutes, il ne se passe rien. Donc, là, vous direz : « J'attendais beaucoup de ce match, mais je suis vraiment resté sur ma faim. » Donc, ici, la faim, vous voyez, ce n'était pas une envie de manger, c'était l'envie de voir beaucoup de spectacle, beaucoup de buts, donc, vous restez sur votre faim.

Imaginez que vous attendez un concert également avec impatience ; on imagine notre amie Fernanda qui attend le concert de Patrick Fiori qui vient au Brésil pour chanter et elle attend pendant des mois et des mois, elle est super excitée à l'idée de voir son idole chanter dans sa ville et le concert est un fiasco ; tout se passe mal, le son n'est pas bon, le chanteur est fatigué et le concert n'est pas aussi bon que notre amie Fernanda l'attendait.

Donc, elle dira : « Je suis vraiment restée sur ma faim. J'attendais beaucoup de ce concert, mais, finalement, c'était pas terrible, je suis restée sur ma faim. »

Un dernier exemple. On a pas mal parlé des élections récemment en France et on entend en ce moment dans la presse que les gens attendent beaucoup de l'élection de monsieur Macron ; ils espèrent beaucoup de choses, ils espèrent que la situation économique s'améliorera, etc. Et on peut se dire : « J'espère que les gens ne resteront pas sur leur faim. » Ça veut dire : « J'espère que les gens ne seront pas déçus, que les résultats seront au rendez-vous et qu'ils ne seront pas insatisfaits de leur président. »

En général, quand on reste sur sa faim, il y a deux étapes : la première, c'est qu'il y a beaucoup d'attente, beaucoup d'espoir au sujet de quelque chose et la deuxième, c'est que les résultats ne sont pas à la hauteur, donc, vous restez sur votre faim. Juste avant de parler du sujet qui me tient à cœur, dont je vous parlais avant, on va pratiquer un petit peu votre prononciation, comme d'habitude. Il fait très chaud aujourd'hui, c'est vraiment difficile d'enregistrer dans ces conditions – il fait 35° – mais c'est à votre tour de travailler maintenant et je vais laisser répéter après moi sans vous focaliser sur la conjugaison. On y va !

Je reste sur ma faim

Tu restes sur ta faim

Il reste sur sa faim

Elle reste sur sa faim

Nous restons sur notre faim

Vous restez sur votre faim

Ils restent sur leur faim

Elles restent sur leur faim

Super ! J'espère que vous ne resterez pas sur votre faim après avoir écouté ce podcast et que vous aurez pris du plaisir à l'écouter, que vous aurez appris des choses.

Il y a une chose dont je voulais parler avec vous aujourd'hui qui concerne, encore une fois, le fait « on est au milieu de l'année, on se pose des questions, on veut savoir si tout est OK pour nos projets, etc. » et c'est aussi une période où je me pose toujours la question : est-ce que je fais le bon usage de mon temps ? Le temps, c'est la ressource la plus importante pour tout le monde. Que vous soyez président de la république ou autre, vous n'avez que 24 heures dans vos journées, le temps ne s'achète pas, le temps ne s'emprunte pas comme l'argent – l'argent peut s'emprunter, le temps ne peut pas s'emprunter – donc, c'est une des ressources les plus précieuses et les plus difficiles à gérer. Et moi, c'est un peu une obsession que j'ai et je sais que vous êtes très très nombreux à avoir ce souci, à vous dire : « Je n'ai pas le temps d'apprendre le français, j'ai du mal à trouver du temps pour apprendre le français, j'ai du mal à trouver du temps pour passer du temps de qualité avec ma famille, j'ai du mal à trouver du temps pour créer quelque chose. J'ai plein d'idées,

j'aimerais aider les gens ; j'ai des compétences et j'aimerais créer des choses, mais je n'ai pas le temps. » Malgré ça, même si je n'ai pas le temps, j'ai l'impression d'être tout le temps occupé, de ne pas avoir de résultats énormes, je suis quand même tout le temps stressé et je connais très bien ce sentiment – je l'ai eu pendant très longtemps – et j'ai lu des dizaines de bouquins sur le sujet de la productivité, de la gestion du temps, etc., j'ai testé des dizaines de méthodes et j'ai mis au point un système et ce système que j'ai mis au point – et que je vais revoir lors de ma revue des six mois, c'est pour ça que je vous en parle aujourd'hui – ce système, c'est lui qui m'a permis, en parallèle de ma carrière en tant que salarié de créer Français Authentique, de créer Pas-de-stress, le tout avec un job à plein temps (chef de projet qui me prenait plus de 10 heures par jour) et deux enfants en bas âge, donc, une vie de famille bien remplie.

Et encore aujourd'hui, c'est ce qui me permet de créer au minimum trois vidéos chaque semaine, deux podcasts, des modules de l'académie, lancer un projet au Maroc, avoir géré une application mobile, etc., un séminaire, enfin, plein de projets qui demandent beaucoup de temps. J'arrive à gérer tout ça sans stress. Je ne vous dis pas ça pour frimer ou pour essayer de me rendre important, mais c'est pour vous dire qu'en mettant en place un certain nombre de choses, qu'en utilisant un certain nombre d'outils (les outils dont je parlais tout à l'heure), on peut parfaitement réussir à trouver du temps pour apprendre le français, à trouver du temps pour profiter de sa famille, à trouver du temps pour créer quelque chose qui aidera les autres et qui pourrait devenir notre job puisque c'est notre passion et faire tout ça absolument sans stresser.

Et j'ai créé une formation pour ça qui s'appelle **La productivité sans stress** dans laquelle je vous montre mon système, je vous explique chaque morceau de mon système, chaque engrenage de mon système et pendant un module complet, je vous guide pour créer le vôtre parce que ce n'est pas un système qui convient à tout le monde, mais des grands principes qui m'ont permis de créer mon système et je vous accompagne, main dans la main pour créer votre système au travers de cette formation. Et pour la revue des six mois, je pense que c'est vraiment le moment de tout remettre à plat pour vous. Je fais une grosse réduction de 40 % sur cette formation et c'est valable jusqu'au 18 juin. Donc, si vous écoutez ce podcast après le 18 juin 2017, eh bien, le lien qu'il y a en-dessous vous amènera à la formation au prix normal (la formation sera encore en vente), par contre, avant le 18 juin 2017, vous pouvez l'acheter avec 40 % de réduction. L'été, c'est toujours un bon moment pour faire une pause, pour essayer de remettre tout à plat et de revenir en forme pour la rentrée, changer le système pendant les vacances, être productif et réussir à créer plein de choses, le tout sans stress, ça changera vraiment votre vie. Je vous laisse regarder ; il y a un lien qui présente la formation et un autre lien qui vous donne les 40 % de réduction jusqu'au 18 juin. Jetez un petit coup d'œil et, si vous avez des problèmes de productivité, vraiment, ça vaut le coup de jeter un œil et de suivre cette formation, ça changera littéralement votre vie

et vous pouvez vraiment être sûr que si vous vous procurez cette formation, vous ne resterez pas sur votre faim.

Merci de m'avoir écouté les amis et à très bientôt !