



Un enfant croit sans peine l'incroyable,  
comme d'ailleurs les génies et les fous.

Seuls vous et moi,  
avec nos grands cerveaux et nos cœurs  
minuscules, doutons, pensons trop  
et hésitons.

Également de Steven Pressfield

**Romans**

*Les murailles de feu* (traduit de l'anglais *Gates of Fire*)

*La légende de Bagger Vance*

(traduit de l'anglais *The Legend of Bagger Vance*)

*The Profession* (juin 2011)

*Killing Rommel*

*The Afghan Campaign*

*The Virtues of War*

*Last of the Amazons*

*Tides of War*

**Non-fiction**

*La guerre de l'art* (traduit de l'anglais *The War of Art*)

*The Artist on Campaign* (octobre 2011)

# **GO !**

## **AGISSEZ !**

*Surmontez la résistance  
et ôtez-vous de votre chemin*

**STEVEN PRESSFIELD**  
auteur de *La guerre de l'art*



Éditions du  
**trésor caché**

**GO! AGISSEZ! – STEVEN PRESSFIELD**

**THE DOMINO PROJECT**

Édition originale publiée en anglais par Do You Zoom, Inc., (É.-U.)  
sous le titre:

**DO THE WORK : OVERCOME RESISTANCE AND GET OUT OF YOUR OWN WAY**

© 2011, Steven Pressfield

Tous droits réservés

© Édition française, 2011 **ÉDITIONS DU TRÉSOR CACHÉ**

Tous droits réservés. La reproduction d'un extrait quelconque de ce livre, par quelque procédé que ce soit, tant électronique que mécanique, en particulier par photocopie et par microfilm, est interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

**ÉDITIONS DU TRÉSOR CACHÉ**

2-36, rue de Varennes

Gatineau, (Québec) Canada

J8T 0B6

Tél. : 819-561-1024

Courriel : [editions@tresorcache.com](mailto:editions@tresorcache.com)

Site web : [www.tresorcache.com](http://www.tresorcache.com)

Traduction : Caroline Charland

Révision : Johanne Guitard

Infographie : Roseau infographie inc.

Dépôt légal – 2011

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

Bibliothèque nationale de France

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC

ISBN 978-2-922405-94-1

Imprimé au Canada

**Diffusion / distribution :**

**Canada :** Messageries ADP, Longueuil (Québec), (450) 640-1234

**Europe :** Interforum editis, Contact France: Messageries ADP, Ivry sur Seine:  
+33 (0)1 49 59 11 56/91

**Europe (marchés spéciaux) :** WMI Sarl, [www.libreentreprise.com](http://www.libreentreprise.com)

En l'honneur d'Ellie

## **Préface**

Juste là, dans votre entrée de garage, se trouve un véritable bolide. Pas une de ces voitures idiotes tape-à-l'œil de type Ferrari qu'exhibent les riches à Hampton, mais une voiture honnête et rapide, une Subaru WRX par exemple. En voici les clés. Maintenant, prenez le volant.

Juste là, sur la piste, se trouve un jet privé, prêt à vous emmener là où vous souhaitez aller. Et voilà le pilote. Allez-y. Partez.

Juste là, entre les mains, vous avez un marteau Chicago Pneumatic 0651. Avec cet outil, vous pouvez enfoncer un clou dans à peu près n'importe quoi, et autant de fois que vous le désirez. Il est temps de vous en servir.

Maintenant, voici un clavier relié au monde entier. Et voici une plate-forme gratuite pour interagir avec pour ainsi dire n'importe qui n'importe quand, et cela sans frais. Vous voulez un terrain de jeu où vous auriez autant de chance de réussir que n'importe qui ? Le voilà. Agissez maintenant.

Voilà ce que nous attendons tous de vous : que vous passiez à l'action.

Steven Pressfield est l'auteur du livre le plus important que vous ayez jamais lu : *La guerre de l'art* (traduit de l'anglais *The War of Art*). Cet ouvrage vous aidera à comprendre pourquoi vous piétinez ; il vous donnera un bon coup de pied au derrière et vous mettra sur la bonne voie. Vous devriez, non, plutôt vous devez vous en procurer un exemplaire dès que vous aurez fini de lire ceci.

Dans ce manifeste, Steve Pressfield adopte une approche pratique, directe et personnelle. Lisez-le d'abord rapidement, puis une seconde fois en prenant des notes. Enfin, achetez-en un exemplaire pour vos connaissances qui piétinent et poussez-les aussi à l'action.

Ne perdez pas de temps.

Seth Godin

Hastings-on-Hudson, janvier 2011

*Au milieu du champ du soi,  
un chevalier et un dragon se tiennent prêts.*

*Vous êtes le chevalier.  
La résistance, c'est le dragon.*

## **Au sujet du présent livre**

Cet ouvrage a été conçu pour vous guider tout au long de votre projet (livre, ballet, nouvelle entreprise, initiative philanthropique), de sa conception jusqu'au produit fini, toujours dans la perspective de la résistance.

Nous aborderons en cours de route chacun des points de résistance prévisibles, c'est-à-dire les moments où la crainte, l'autosabotage, la procrastination, le doute de soi et tous ces autres démons que nous connaissons si bien nous assaillent systématiquement.

Lorsque des coups de pieds au derrière  
seront nécessaires, nous en donnerons.  
Lorsque des méthodes plus gentilles et  
plus douces seront appropriées,  
nous prendrons des gants.

Note : ce document est en grande partie articulé dans le style d'un scénariste, c'est-à-dire selon le modèle employé pour concevoir et construire des pièces de théâtre, des romans et

des scénarios. Toutefois, ces principes peuvent tout aussi efficacement s'appliquer à n'importe quelle forme de créativité, même à des entreprises en apparence aussi dissemblables que l'acquisition d'une bonne forme physique, la cicatrisation d'un cœur brisé ou la quête d'un objectif — émotionnel, intellectuel ou spirituel — qui exige le passage d'un plan inférieur ou moins conscient à un plan supérieur.

# **ORIENTATION ENNEMIS ET ALLIÉS**

## Nos ennemis

Ce qui suit est une liste des forces déployées contre nous, artistes et entrepreneurs :

1. la résistance (c'est-à-dire la crainte, le doute de soi, la procrastination, la dépendance, la distraction, la timidité, l'ego et le narcissisme, la haine de soi, le perfectionnisme, et ainsi de suite) ;
2. la pensée rationnelle ;
3. les amis et la famille.

## La résistance

Quel est ce monstre, en fait ? Les quelques chapitres suivants tirés de *La guerre de l'art* (traduit de l'anglais *The War of Art*) nous mettront à jour :

## Les proies préférées de la résistance

Ce qui suit est une liste, sans ordre particulier, des activités qui, le plus communément, provoquent de la résistance :

1. la poursuite de toute vocation en écriture, en peinture, en musique, en cinématographie, en danse ou en n'importe quelle activité créatrice, même marginale ou anticonformiste ;

2. le lancement de n'importe quelle affaire ou entreprise audacieuse, à but lucratif ou non ;
3. tout régime alimentaire, toute démarche de santé ;
4. tout programme de développement spirituel ;
5. toute activité ayant pour objectif des abdominaux en tablette de chocolat ;
6. tout cours ou programme conçu pour surmonter une habitude ou une dépendance malsaine ;
7. tout type de formation ;
8. tout acte de courage de nature politique, morale ou éthique, et aussi la décision de s'améliorer en adoptant une meilleure façon de penser ou de se comporter ;
9. le lancement de toute entreprise ou de tout projet visant à aider les autres ;
10. toute action exigeant un engagement affectif : la décision de se marier, d'avoir un enfant, de surmonter une crise relationnelle ;
11. la prise de n'importe quelle position devant l'adversité.

Autrement dit, n'importe quel acte qui repousse la gratification immédiate au profit de la croissance, de la santé ou de l'intégrité à long terme.

Ou encore, formulé autrement, n'importe quel acte provenant de notre nature supérieure plutôt que de l'inférieure. Tous ces actes provoquent la résistance.

Et maintenant : quelles sont donc les caractéristiques de la résistance ?

## **La résistance est invisible**

Si elle ne peut être ni vue, ni entendue, ni touchée, ni humée, la résistance peut être ressentie. En effet, nous la ressentons comme un champ d'énergie qui irradie d'un travail devant être fait.

La résistance est une force qui repousse, une force négative. Elle a pour objectif de nous bousculer, de nous déconcentrer, de nous empêcher de faire ce que nous avons à faire.

## **La résistance est insidieuse**

La résistance vous dira n'importe quoi pour vous empêcher de faire votre travail. Elle se fera parjure, forgeuse, falsificatrice ; elle vous séduira, vous rudoiera, vous amadouera. La

résistance est multiforme. Et elle prendra n'importe quelle forme nécessaire pour vous tromper.

La résistance résonnera avec vous  
comme un avocat ou vous plaquera  
un canon de pistolet entre les deux  
yeux comme un bandit.

La résistance n'a aucune conscience. Elle promet n'importe quoi pour obtenir ce qu'elle veut, puis vous trahit dès que vous avez le dos tourné. Si vous prenez la résistance au mot, vous n'obtiendrez que ce que vous méritez.

La résistance ment systématiquement  
et raconte toujours n'importe quoi.

## **La résistance est impersonnelle**

La résistance n'a rien contre vous en particulier. Elle ne sait pas qui vous êtes, d'ailleurs, peu lui importe. La résistance est une force de la nature. Elle agit objectivement.