



# LA TOUT DOUX LIST

## Troisième partie | Les Rituels

Jean-Jacques Auffret

Nov 2019

<http://linkedin.com/in/jjauffret>

<http://robinson-vendredi.work>

FIRST FORGET INSPIRATION. HABIT IS MORE  
DEPENDABLE. IT WILL SUSTAIN YOU  
WHETHER YOU'RE INSPIRED OR NOT.

— OCTAVIA E. BUTLER

Qu'est-ce que je fais aujourd'hui ? Nous abordons dans ce troisième post de la série le cœur du sujet : comment la Tout Doux list nous aide jour après jour à transformer nos projets de long terme en petits pas dans la bonne direction.

### Résumé de la saison précédente

Depuis les deux premiers posts de cette série ([les Principes](#) et [l'Oignon du temps](#)), nous avons maintenant à notre disposition :

### Quatre principes

1. Avoir une seule Tout Doux list
2. Associer à chaque item (tâche ou projet) dans notre Tout Doux list une date objectif
3. Avoir toutes ces dates situées à tout moment dans le futur, et enfin
4. Associer chaque item à l'une des trois couleurs rouge (protection), verte (progression) ou Bleue (prévention).

### Trois couleurs

Le rouge de *protection* signifie qu'une tâche non réalisée à sa date objectif entraînera pour nous des conséquences fâcheuses (ce qui n'est pas le cas des tâches vertes et bleues).

Les tâches verte de *progression* nous apporterons, si nous les menons à bien pour leur date objectif, la satisfaction de voir un projet qui nous tient à cœur avancer concrètement.

Les items bleus de *prévention*, enfin, ne sont ni à enjeu négatif comme les rouges ni à enjeu positif comme les verts, mais en les faisant pour la date qui leur est assignée on évitera leur rougissement ultérieur.

### Six horizon temporels

Ils remplacent avantageusement les dates calendaires en réduisant le choix des dates dans une Tout Doux list à seulement six possibilités : *ce jour, cette semaine, ce mois, ce trimestre, cette année* ou enfin *cette vie*.

### Un exemple

jeudi	douane septem
lundi	Prendre RV che
lundi	Lire Robinson, i
	bricolage
lundi	écrire à Alain à
	brevet déposé t
lundi	Trouver plafonr
lundi	cordonnier ?
15/10	Tester commar
15/10	Traduire pour K
16/10	Réorganiser les
31/10	Transcrire l'inte
31/10	Reprendre le fa
31/10	Organiser atelie
31/10	Plan pour les aj
31/10	Mettre dans Ch
	2016 : Simpsor
	2015 : mozart (i
4/11	Traduire pour K
30/11	Sondage baron
31/12/	Finaliser les co



Aujourd'hui

- douane septembr

Cette semaine

- Prendre RV chez i
- Lire Robinson
- écrire à Alain à pr
- déposer uniqueme
- Trouver plafonnier
- cordonnier ?

Ce mois

- 15/10 Traduire po
- Tester commande
- établir un traiteme
- Réorganiser les sc
- Transcrire l'intervi
- Reprendre le fasci
- Lire Tim Urban
- Organiser atelier C
- Plan pour les apér
- Mettre dans Chor.
- 2016 : Sit
- 2015 : mc

Ce trimestre

- 4/11 Traduire nou

Corinne, fidèle lectrice de ces deux premiers posts, a ainsi mis en pratique ces différents concepts pour retravailler sa propre to-do-list comme je le suggérais à titre d'exercice à la fin du deuxième post sur [l'Oignon du temps](#).

Le petit *smiley* qu'elle a eu la gentillesse d'inclure à l'image qu'elle a partagée avec moi suggère que sa Tout Doux list de droite lui semble plus sympathique et amicale que celle de gauche, ce qui est bien normal car elle est précisément conçue pour ça.

Cette sympathique vue *statique* de notre Tout Doux list, il nous reste maintenant à la mettre en œuvre

de manière *dynamique* tout en conservant sa sympathie, car il ne vous aura pas échappé que nous changeons d' "aujourd'hui" toutes les 24h environ, du moins sur cette planète...

C'est ici qu'entrent en jeu les *rituels* (voir le post [Principes/Rituels/Outils](#) sur la définition d'un rituel) associés à la Tout Doux list, qui feront l'objet du présent post. Ces rituels sont au nombre de deux :

- le rituel de création de tâche ou de projet
- le rituel de changement d'horizon temporel

## Rituel de création de tâche/projet

Commençons par le plus simple : lorsque nous créons un nouvel item dans notre Tout Doux list il nous faut lui associer un horizon temporel issu de [l'ignon du temps](#) (principe 2) ainsi qu'une couleur (principe 3).

### Fixer l'horizon temporel

Nous commencerons bien entendu par fixer l'horizon temporel, car comme la couleur décrit le lien entre cet item et son horizon (gain ou perte à faire/ne pas faire l'item à l'horizon prescrit), on ne peut en parler qu'une fois ce fameux horizon fixé.

Trouver l'horizon temporel qui convient est très simple : c'est celui au cours duquel il faudra/nous avons envie que la tâche soit accomplie, alors qu'on exclut de le faire ou d'y travailler dans l'horizon immédiatement inférieur. "Ce mois" signifie donc "avant le dernier jour de ce mois" ainsi que "mais pas cette semaine".

### Attention au "petit dernier"

Ce qui précède me donne l'occasion de souligner un point qui, bien que découlant logiquement de ce qui précède, a peut-être échappé à votre attention (pourtant soutenue).

Il est lié à l'observation suivante : chaque horizon temporel possède un "petit dernier". Un certain jour est le *dernier* de la semaine, une certaine semaine la *dernière* du mois, un certain mois le *dernier* du trimestre et un certain trimestre le *dernier* de l'année. Je laisse à nos amis philosophes le soin de méditer en complétant la série... Appelons ce

dernier "xx" de "yy" "le petit dernier" et le "yy" correspondant son "contenant".

La définition même du "petit dernier" a une conséquence pratique: dans le petit dernier d'un contenant, nous ne pouvons plus affecter de tâches au contenant lui-même, mais devons l'affecter soit au petit dernier, soit au contenant du contenant. Par exemple, supposons que je sois dans la dernière semaine (petit dernier) du mois de novembre (contenant), et que je veuille créer une tâche donnée. Si je désire que celle-ci soit accomplie en novembre, je devrais l'affecter à "cette semaine", car cette semaine est la seule semaine restant disponible dans ce pauvre mois de novembre qui sent désespérément le sapin. Sinon, je devrais l'affecter à "ce trimestre", c'est-à-dire le contenant de novembre, et qui désigne à ce moment-là la période qui commencera le 1er décembre.

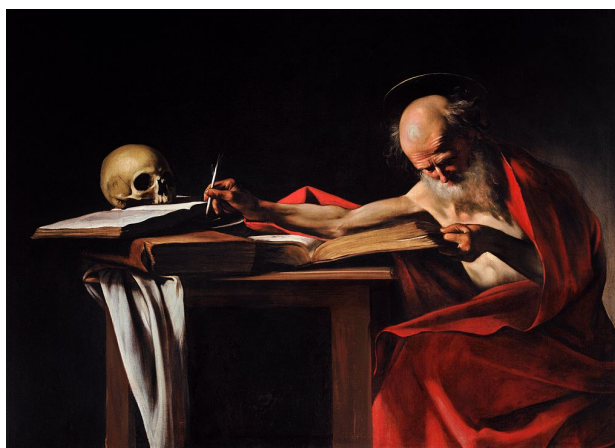
Ceci devient sans doute plus facile à comprendre ou à accepter lorsqu'on réalise que, *par définition*, les différents horizons temporels ne sont pas des contenants de dimension fixe. Par exemple, affecter une tâche à "ce trimestre" ne signifie aucunement "je me donne trois mois pour la mener à bien" mais bien "je souhaite mener à bien cette tâche entre maintenant et la fin du trimestre en cours" (d'où l'importance du *ce* dans "ce trimestre"). *Maintenant* étant mobile alors que *la fin du trimestre* est quant à elle fixe, il en résulte nécessairement qu'affecter une tâche à un horizon temporel signifie quelque chose de différent en fonction du degré auquel cet horizon a été consommé au moment où la tâche est créée. Ceci, loin d'être un "bug", est en réalité pour moi le point d'ancrage fondamental de l'efficacité de cette méthode, point qui deviendra je pense plus clair dans la section "Rituel de changement d'horizon temporel" ci-dessous.

Mais pour le moment, contentons-nous d'observer que lors du "petit dernier", son "contenant" est

tabou et on ne peut donc lui affecter de tâche/projet à ce moment-là.

### Et si on a une date précise ?

Revenons un instant à la liste de Corinne que nous avons déjà rencontrée au début de ce post. Corinne exerce le noble métier de traductrice free lance (à bon entendeur...), d'où probablement la tâche rouge qui commence par "Traduire..." au début de



Le Caravage : St Jérôme écrivant sa dernière Tout Doux list (Villa Borghese, Rome)

“ce mois”.

Dans le métier de Corinne comme dans beaucoup d'autres, il arrive qu'on doive faire certaines choses, remettre un texte traduit par exemple, à un date précise. C'est probablement le 15 octobre en ce qui concerne cette tâche-là, d'où le “15/10 Traduire...” de la liste de Corinne. Comment concilier cela avec nos horizons-temporels-qui-ne-connaissent-pas-les-dates-calendaires ?

jeudi	douane septier
lundi	Prendre RV chi
lundi	Lire Robinson, bricolage
lundi	écrire à Alain à brevet déposé
lundi	Trouver platford cordonnier ?
15/10	Tesler commar
15/10	Traduire pour K
16/10	Réorganiser les Transpores linte
31/10	Reprendre le fa
31/10	Organiser atelier
31/10	Plan pour les aj
31/10	Mettre dans Ch 2016 - Simpson 2015 - Mozart G
4/11	Traduire pour K
30/11	Sondage baton
14/11/19	Finale de la coupe



- Aujourd'hui
  - douane septier
- Cette semaine
  - Prendre RV chez 1
  - Lire Robinson
  - écrire à Alain à prc déposé uniquement
  - Trouver platfonrier
  - cordonnier ?
- Ce mois
  - 15/10 Traduire pour K
  - établir un tralame
  - Réorganiser les sc
  - Transpore l'intervi
  - Reprendre le fasc
  - Lire Tim Urban
  - Organiser atelier C
  - Mettre dans Chon, 2016 - Simpson 2015 - Mozart
- Ce trimestre
  - 4/11 Traduire pour K

Corinne (qui rime avec maline) a instinctivement choisi la bonne méthode : elle consiste à inclure la mention de la date d'échéance dans le libellé de la tâche elle-même. Cela peut

se faire sous la forme “15/10” par exemple, ou bien encore, dans un horizon de type “cette semaine”, en précisant tout simplement “jeudi”, comme on le ferait dans le langage courant. C'est important de le faire, car sinon la seule mention de l'horizon temporel nous priverait alors d'une information d'échéance importante, et nous pourrions être amené à préparer vendredi l'ordre du jour de la réunion de jeudi.

Cela dit, l'association de la tâche “15/10 Traduire...” à l'horizon temporel “Ce mois” reste également nécessaire, et ne saurait être remplacée par la mention du “15/10”. Elle signifie simplement que, au moment où Corinne a écrit cette Tout Doux list, nous étions déjà en octobre (car “ce mois”) mais pas encore dans la semaine du 15 (car pas “cette semaine”), et surtout que *Corinne n'avait pas l'intention d'avancer sur cette traduction cette semaine-là*, information cruciale qui n'est quant à elle *pas* contenue dans la seule mention du “15/10”.

### Passer au coloriage



Protection



Progression



Prévention

Une fois l'horizon temporel fixé, il ne reste plus qu'à associer une couleur rouge/verte/bleue suivant que nous appliquons le principe de précaution, progression ou prévention à la tâche.

Une remarque cependant : la couleur associée à une tâche peut changer lorsque nous la reprogrammons. Supposons par exemple que nous soyons la troisième semaine d'octobre et que j'aie un paquet de copies à corriger pour la fin octobre (je viens de

plaquer mon métier de traductrice, je suis maintenant prof). J'ai pu, dans un moment d'égarement, oublier qu'un prof qui se respecte corrige toujours ses copies au dernier moment, et me dire que je corrigerai le paquet de mes quatrièmes B2 chéris cette semaine. Cette tâche était alors verte : stratégique car elle fait partie des choses pour lesquelles je suis payé, mais pas rouge parce que si je ne la réalise pas cette semaine j'aurais encore la semaine prochaine (“petite dernière” d'octobre) pour le faire.

S'il se trouve que “La faim, l'occasion, l'herbe tendre, et je pense, quelque diable aussi me poussant” (mes copies portent sur La Fontaine) font qu'à la fin de la troisième semaine mes copies ne sont pas corrigées, cette tâche, qui par défaut restera affectée à “cette semaine” devra changer de couleur, et mûrir en passant du vert au rouge. En effet, dès le lundi suivant (premier jour de la dernière semaine d'octobre), mes copies *devront* être corrigées cette semaine, si je veux éviter le lynchage par les parents d'élèves.

Ceci fonctionne aussi bien évidemment dans l'autre sens : en décidant de réaliser ce mois-ci un projet stratégique dont l'échéance n'est *que* pour la fin du trimestre, je peux passer d'un rouge sanglant à un vert tendre. Vous commencez peut-être à entrevoir comment on peut par conséquent jouer avec les différents horizons temporels pour planifier, arbitrer, reporter ou avancer nos différentes tâches et projets, en les embrassant toutes et tous d'un même regard dans une Tout Doux list unique.

Nous avons donc le piano (Tout Doux list) et ses touches (tâches/projets) répartie sur différentes octaves (les horizons temporels) que nous pouvons altérer par des dièses, bémols et bécarres (les couleurs). Un seul élément nous manque pour que la musique balance : un tempo.

Saluez l'entrée du métronome : les rituels de changement d'horizon temporel !

### Rituel de changement d'horizon temporel

#### Du bilan au compte de résultat

Une des raisons pour lesquelles à mon sens la plupart des to-do lists “traditionnelles” ne fonctionnent pas correctement est leur côté statique. Une fois qu'elles y sont capturées, les tâches évoluent pas ou peu, attendant sagement qu'un événement fasse qu'elles s'accomplissent et qu'on puisse alors les y rayer triomphalement, mais nous regardant d'un air goguenard en attendant ce moment hypothétique avec l'air de nous dire “eh oui, camarade, je ne suis pas encore faite !”

Le moment jouissif où l'on raye les tâches accomplies est bref, et vient après un temps beaucoup plus long où nous les avons contemplées comme étant encore "à faire" : comment s'étonner dans ces conditions que nos belles to-do-lists ne soient pas énergisantes ?

Si j'étais directeur financier (prof c'est finalement pas assez payé vu le nombre de copies à corriger), je dirais que ces to-do list traditionnelles sont comparables à des bilans : elles donnent une vue statique de nos engagements, mais ne capturent pas la *dynamique* de notre business, comme le fait un compte de résultat en traçant ce qui est rentré et ce qui est sorti pour expliquer l'état de notre compte en banque.

En d'autres termes, je ne veux pas que ma Tout Doux list soit simplement la chambre d'enregistrement des choses que j'ai à faire, et que j'y raye une tâche lorsque "quelque chose" d'extérieur (un client qui hurle, par exemple) la fait basculer de "à faire" vers "fait". Je veux au contraire en faire "ce quelque chose" lui-même, le moteur qui déclenche mon action, plutôt que ma dette de choses à faire.

C'est précisément dans ce but que j'ai conçu les rituels de changement d'horizon temporels.

### Des rendez-vous stratégiques

Comme leur nom l'indique, les rituels de changement d'horizon temporels prennent place à chaque fois que l'on franchit la frontière entre deux couches de notre oignon du temps. Tous les matins un jour nouveau, tous les lundis une semaine nouvelle, tous les premiers du mois un mois nouveau, les 1er janvier, avril, juillet et octobre un nouveau trimestre, et enfin une année nouvelle sous le gui du 1er janvier.

Ces dates sont importantes : elles constituent autant de "rendez-vous stratégiques" avec mes tâches et mes projets, au cours desquels je vais précisément mettre en œuvre la dynamique que j'appelais de mes vœux dans le paragraphe précédent.

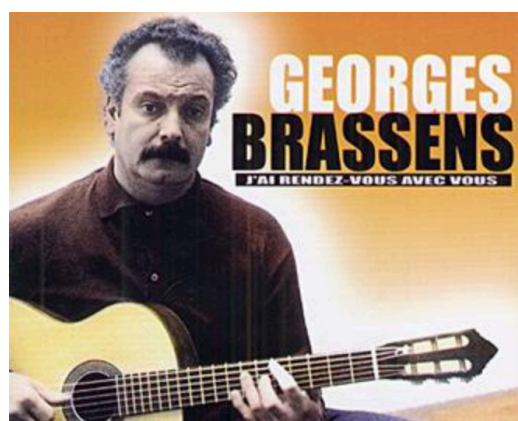
Ces dates ont deux caractéristiques :

**Elles reviennent régulièrement** — c'est pour moi l'assurance que mes tâches et projets ne vont pas s'endormir doucement dans ma Tout Doux list à mon insu : j'ai rendez-vous avec elles via mes rituels, qui vont me rappeler à mes propres engagements, non pour me culpabiliser mais pour me donner l'opportunité de les remettre à jour en fonction de ce qui se passe dans ma vie.

**Mais plus ou moins souvent** — Comme les horizons temporels sont des contenants de temps de plus en plus grands, les rendez-vous que j'ai avec

eux sont eux aussi de plus en plus éloignés à mesure que je considère des items de plus long terme.

C'est la conjonction de ces deux caractéristiques qui rend ces rituels efficaces : comme de vieux amis, ils reviennent me voir de temps en temps afin que je ne les oublie pas, mais ils adaptent la fréquence de leurs visites afin que jamais ils n'aient l'impression de me déranger en débarquant trop souvent ou à l'improviste.



Comme le disait mieux que moi ce vieux Georges dans sa célèbre chanson en hommage aux Tout Doux lists : "Le rituel que j' préfère / C'est la revue d'ma Tout Doux / Tout le restant m'indiffère / J'ai rendez-vous avec vous."

### Vider sa semaine jour après jour

Il est temps maintenant de rencontrer le plus fréquent de ces rituels. Supposons que nous soyons, disons, un mardi. Nous allons mettre en œuvre le rituel de tous les jours, le rituel journalier. Quel est son but ? Choisir l'ensemble des tâches qu'on se propose de mener à bien ce mardi-là. Où va-t-on trouver ces tâches ? Dans notre Tout Doux list, bien sûr. N'importe où dans la Tout Doux list ? Non, évidemment (sinon la Tout Doux list serait effrayante, ce qu'elle doit éviter à tout prix.) C'est dans la sous-partie de la Tout Doux list qui contient les tâches à effectuer "cette semaine" que nous allons "faire notre marché" pour ce mardi. En effet, tous les items de la Tout Doux list qui sont affectés à "ce mois" (et à fortiori des horizons temporels encore plus éloignés) ont pour caractéristique commune que nous avons décidé de *ne pas* les affecter à "cette semaine" : ils peuvent donc nous attendre jusqu'à lundi prochain.

Mon rituel de début de mardi va donc consister à passer un certain nombre d'items de "cette semaine" à "ce jour", façon de dire, "vous les amis, c'est aujourd'hui que vous passez à la casserole".

C'est un peu comme les courses : nous choisissons dans notre réfrigérateur et nos placards, qui

contiennent de quoi nourrir la famille toute la semaine, ce que nous allons manger aujourd'hui. Et bien entendu, nous nous aidons des couleurs: il y a les aliments rouges, que nous allons devoir jeter si nous ne les consommons pas rapidement, les verts, miam quel délice, et enfin les bleus, bons pour la santé et pas encore périmés, mais franchement, moi, le tofu...

### La semaine avance...

Normalement, à ce régime, et à mesure que la semaine avance, l'ensemble des tâches prévues pour la semaine devrait progressivement passer de "à faire" à "fait". Bien entendu, il est possible que j'ai eu les yeux plus gros que le ventre, et que parmi les 8 tâches que j'ai prévu de faire ce mardi, je n'en ai à la fin de la journée accompli que 6. Qu'à cela ne tienne, j'ai alors deux possibilités :

**Je laisse les tâches non accomplies affectées à "ce jour"** — cela revient à dire "j'avais choisi de les faire mardi, mais cela n'a pas eu lieu, je me propose de les faire mercredi." En effet, dès demain matin, "ce jour" ne signifiera plus "mardi" mais bien "mercredi".

**Je réaffecte les tâches non accomplies à "cette semaine"** — mardi soir (ou mercredi matin), lorsque je constate leur non-exécution. Cela signifie "cette chose à faire cette semaine que je comptais faire mardi dans mon optimisme béat (ha ha), reste à faire cette semaine. Je la mets au pot de la semaine, et demain matin elle sera candidate à nouveau à faire partie des tâches 'du jour', en concurrence avec toutes les autres tâches de la semaine." C'est personnellement ma méthode préférée, même si elle coûte une manipulation de plus, car ainsi les tâches en retard de la semaine ne bénéficient pas automatiquement d'un "coupe file" par rapport aux tâches non encore commencées — elles se retrouvent à égalité, et c'est à moi qu'il revient de faire les arbitrages nécessaires.

Notons bien un point très important : entre mardi et la fin de la semaine, *je ne me suis pas préoccupé des horizons supérieurs à la semaine*. Bien entendu, des tâches nouvelles sont apparues dans ma vie, et je les ai affectées à un horizon temporel avec le premier rituel ("Création de tâche / projet", ci-dessus). Ce faisant, soit cet horizon est supérieur à "cette semaine", et... je l'oublie (pour le moment), soit la nouvelle tâche est affectée à "cette semaine" (voire "ce jour" pour une tâche urgente) et elle vient naturellement trouver sa place dans mon réfrigérateur et devrait donc se retrouver dans mon assiette avant la fin de la semaine.

### Une bouchée à la fois

J'ai choisi par convention d'appeler "tâche" quelque chose à faire qui peut être accompli en moins d'une journée, et "projet" tout le reste. Il n'est bien entendu pas garanti que l'ensemble des items qui sont affectés à "cette semaine" répondent à cette définition de tâche.

Si je constate donc que ma semaine-frigo contient un énorme pâté, je ne vais pas pouvoir l'affecter à une journée particulière de ma semaine, même en ne mangeant que du pâté ce jour-là (beurk!). Je vais devoir le couper en tranches.

Cela signifie que je vais devoir diviser mon projet en éléments plus fins de la granularité d'une tâche (i.e. moins d'un jour de travail) et qui pourront par conséquent être affectés à un jour ou l'autre de ma semaine. Concrètement cela peut se faire de deux façons.

Parfois le projet peut se diviser naturellement en composants plus élémentaires. Si je dois par exemple lire un livre entier cette semaine, je peux me faire un plan de lecture qui répartit les différents chapitres en lots, de telle sorte que chacun de ces lots puisse être lu en moins d'une journée.

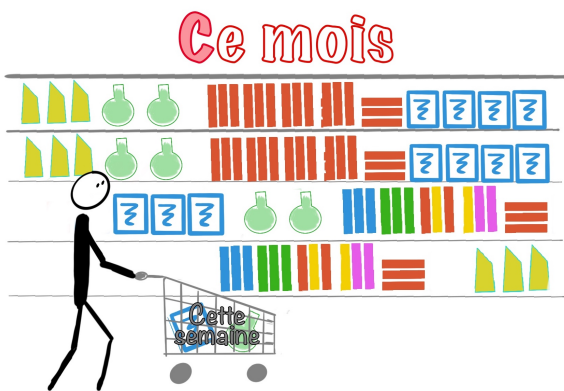
Mais si je rédige ce post, il est moins facile de prédire quand viendra l'inspiration... Dans ce cas, l'astuce consistera à allouer un budget de temps donné au projet, inférieur à la journée, l'affecter à une journée donnée de ma semaine, et continuer jusqu'à épuisement du sujet. Cela ne garantit pas absolument ledit épuisement du projet à la fin de la semaine, mais assure que le projet aura été commencé (mettant en échec la [procrastination](#) liée à la difficulté à s'attaquer à un "gros" projet). De plus, en faisant cela, j'affine ma connaissance du temps restant nécessaire à son accomplissement complet à mesure que j'avance. Dans ma pratique personnelle je me sers volontiers du [Pomodoro](#) comme unité de temps pour travailler sur de tels projets, la tâche devenant alors par exemple "Passer 2PO sur le sujet X."

### La semaine s'achève, une nouvelle semaine commence...

Une bonne nouvelle : si vous avez compris ce qui précède, et donc le rituel journalier qui cherche à épuiser jour après jour tout ce qu'il y a à faire dans la semaine, vous avez compris *tous les autres rituels de changement d'horizon temporel*. Ce sont en effet les mêmes, simplement "décalés" d'un horizon temporel à chaque fois.

Prenons par exemple le lundi suivant : ce jour-là nous ne changeons plus seulement de jour, mais aussi de semaine. Là où nous cherchions à remplir

une assiette pour un jour face à un réfrigérateur, nous allons maintenant chercher à remplir un réfrigérateur pour une semaine (ou plutôt un Caddie qui remplira ce dernier une fois à la maison) en nous déplaçant dans une supérette. Le Caddie est la semaine qui débute, et la supérette le mois en cours. La question devient donc “sachant que j’entame une nouvelle semaine, quels sont les tâches/projets jusqu’à présent assignés à “ce mois” que je vais basculer à “cette semaine” afin de les accomplir en totalité ou en partie d’ici à la fin de la semaine ?”



Pour faire cela, on s’aidera de nouveau des couleurs rouge/vert/bleu et de notre capacité à “casser” de gros projets qui rentreraient bien dans la granularité d’un mois afin qu’ils puissent s’accomplir dans l’espace plus restreint de la semaine. Ainsi, “Trouver le lieu pour la convention des forces de vente” , à faire ce mois-ci et rouge, se réduira à “Trouver 4 lieux possibles et poser une option” + “Faire valider un des 4 lieux possibles par Frank” + “Finaliser la réservation et libérer les options inutiles” + “Communiquer le lieu choisi aux forces de ventes en délire.” La première de ces tâches pourra être par exemple affectée à “cette semaine” (et elle sera verte en supposant que ce semaine n’est pas une “petite dernière” de ce mois-ci), tandis que les autres resteront affectées à “ce mois”.

On voit ainsi la capacité naturelle de ce système à nous faire avancer presque mécaniquement dans nos projets, en nous offrant régulièrement par le truchement de ces rituels des sortes de “rendez-vous entre nous-mêmes et nos projets” où nous sommes gentiment invités à les faire avancer de jour en jour, de semaine en semaine, de mois en mois...

### Et ainsi de suite...

Je pense que vous aurez compris maintenant comment ce modèle se généralise à tous les horizons temporels, mais comme il est toujours à craindre qu’il y ait des ingénieurs parmi les lecteurs

de Robinson, deux précautions valent mieux qu’une :

Chaque...	Je remplis mes tâches/projets de...	En faisant mon marché parmi mes tâches/projets de...
Jour	ce jour	cette semaine
Lundi	cette semaine	de ce mois
1er du mois	ce mois	ce trimestre
1er janvier, 1er avril, 1er juillet, 1er octobre	ce trimestre	de cette année
1er janvier	cette année	de cette vie

Bien entendu, il arrive que certain rituels se cumulent: le lundi est *aussi* un nouveau jour, en plus d’être le premier jour de la semaine. Je dois donc ce jour-là faire le rituel journalier en plus du rituel hebdomadaire (mais entre nous, vous ne mangez pas les jours où vous faites les courses, vous ?)

A cet égard, le “pompon” revient indiscutablement au 1er janvier: en tant que premier jour de la première semaine du premier mois du premier trimestre de la première année du reste de notre vie, il cumule à lui seul les six rituels associés aux six couches de [loignon du temps](#).

Ce jour-là, je vais devoir prendre, en plus d’un Alka-Seltzer, un peu plus de temps (en pratique, de l’ordre de deux heures) pour faire le tour de l’intégralité de ma Tout Doux list en exécutant à la suite l’ensemble des six rituels de changement d’horizon temporel. Cette tâche n’est pas aussi compliquée qu’elle le paraît, parce qu’elle se décompose elle-même en questions simples, la première d’entre elles étant “parmi les items assignés à ‘cette vie’, quels sont ceux que je veux accomplir, en totalité ou en partie, cette année ?”... et ainsi de suite jusqu’à “... accomplir, en totalité ou en partie, aujourd’hui ?”

### Conclusion : un sablier à projets

Les deux rituels que nous avons couverts dans ce papier, associés aux quatre principes que nous avons vus dans le [premier de la série](#), constituent ce que l’on pourrait comparer à un sablier à projets.

Ce sablier est un peu particulier car contrairement à un sablier ordinaire, il ne contient pas que des grains de sable minuscules. Il en contient aussi, bien

sûr : chacun de ces grains est une tâche particulière, faisable en moins d'un jour. Le col étroit par lequel ils passent avant de rejoindre le bas du sablier représente "aujourd'hui", le seul horizon temporel où les choses s'accomplissent effectivement. Un tel grain franchit le col du sablier à chaque fois que j'accomplis quelque chose, et il rejoint ensuite dans le bas du sablier l'ensemble de mes réalisations passées.

Mais comment ce petit grain-tâche est-il parvenu jusqu'à l'ouverture étroite d'aujourd'hui ? En fait, il a la plupart du temps commencé sa carrière de grain plus haut dans le sablier. "Plus haut" signifie dans ce sablier-là "à un horizon temporel plus lointain". Puis il a commencé à descendre. Mais comme le sablier est conique, à chaque fois que l'on descend — à chaque fois que l'on change d'horizon temporel — il y a moins de place. C'est donc le rôle des rituels de changement d'horizon temporel que de choisir à chaque fois les grains de sables élus qui pourront continuer leur voyage en s'approchant de leur accomplissement lors d'un "aujourd'hui" à venir.

La plupart des grains-tâches, indépendamment de leur horizon temporel de départ, n'ont pas non plus commencé leur carrière avec cette taille-là. Ils faisaient partie d'un agrégat plus important: gravier, caillou, parfois même rocher et pourquoi pas montagne... Et là encore, ce sont les rituels qui, revenant avec la régularité des marées, les ont petit à petit et par paliers successifs transformés en ces particules suffisamment petites pour franchir le col étroit de ce passage dont le diamètre n'excède pas la journée...

Et c'est ainsi que les projets s'accomplissent dans ce sablier magique.

Vous me direz, un sablier, ce n'est pas toujours le plus pratique à transporter avec soi... Je suis d'accord : il nous reste donc maintenant à voir quels sont les outils concrets qui vont nous permettre de faire vivre notre Tout Doux list au quotidien à nos côtés : ce sera l'objet du prochain post de cette série...

