COMMENCE PAR ICI

CLONE IA

INSTALLE TON CLONE

7 étapes. Des blocs à copier coller. Zéro code. À la fin, un Claude qui te connaît et qui se souvient.

PAR @COURS.DIGITAL

Prêt en

15 minutes

COMMENCER À L'ÉTAPE 0

Le plan

Lis dans l'ordre. *Coche au fur et à mesure.*

Clique sur une ligne pour y aller direct.

AVANT	Ce que tu vas avoir dans 15 minutes	p. 3
ÉTAPE 0	Récupère ton dossier	p. 4
ÉTAPE 1	Crée ton projet sur claude.ai · 1 min	p. 5
ÉTAPE 2	Colle les règles de ton clone · 2 min	p. 6
ÉTAPE 3	Donne lui sa mémoire · 1 min	p. 7
ÉTAPE 4	Donne lui son équipe · 2 min	p. 8
ÉTAPE 5	Donne lui ses outils · 1 min	p. 9
ÉTAPE 6	Lance l'installeur : 12 questions · 7 min	p. 10
ÉTAPE 7	Range ta mémoire remplie · 1 min	p. 12
TEST	Ton premier test : tape « on en est où »	p. 13
ENSUITE	Et maintenant : le parcours 1 h et l'expert	p. 14
AIDE	Besoin d'aide	p. 15

LE RÉFLEXE QUI TIENT TOUT

"reprends" au début. "sauvegarde" à la fin. Si tu ne retiens que ça, ton clone tient la route.

Avant de commencer

Ce que tu vas avoir *dans 15 minutes.*

Pas une formation. Un dossier, 7 étapes, des blocs à copier coller. Zéro code.

1 **Un clone qui te connaît**
Ton profil, ton projet, tes décisions. Il relit tout avant de te répondre.

2 **Une équipe qui te contredit**
6 agents pour commencer : stratège, chercheur, copywriter, critique, avocat du diable, bon sens.

3 **Des mots magiques**
"reprends", "sauvegarde", "on en est où". Un mot, il sait quoi faire.

4 **Un plan pour ton premier produit**
5 outils déjà prêts, du sujet jusqu'à la page de vente.

CE QU'IL TE FAUT

- ✓ Un ordinateur. Mac ou Windows. Sur téléphone, c'est galère : évite.
- ✓ Un navigateur. Chrome marche très bien.
- ✓ Un compte claude.ai. Le gratuit suffit pour tester. Vérifie que **Projets** apparaît sur ton compte.
- ✓ 15 minutes sans interruption.

CE QUE CE KIT NE TE PROMET PAS

Aucun revenu. Aucun nombre de ventes. **Il t'organise, il te contredit, il garde la mémoire.** Le travail, c'est toi.

ÉTAPE 0 SUR 7 · 2 min

Récupère ton *dossier.* 0

Tout le kit tient dans un seul fichier zip. Tu le télécharges, tu l'ouvres, c'est tout.

CLIQUE ICI

TÉLÉCHARGE TON DOSSIER

`https://helvyra.fr/cl/clone-ia-0d18ae1b17071463.zip`

APRÈS LE TÉLÉCHARGEMENT

MAC	Double clic sur **CLONE-IA.zip**. Un dossier **CLONE-IA** apparaît à côté.
WINDOWS	Clic droit sur **CLONE-IA.zip**, puis **Extraire tout**, puis **Extraire**.
RANGE LE	Glisse le dossier **CLONE-IA** dans **Documents**. Il vivra là.

SI ÇA BLOQUE

Le zip ne s'ouvre pas	Télécharge le une deuxième fois. Un téléchargement coupé donne un zip cassé.
Windows dit "dossier vide"	T'as ouvert le zip sans l'extraire. Fais **Extraire tout** d'abord. Ne bosse jamais dans le zip.
T'es sur téléphone	Envoie toi le lien par mail et ouvre le sur ton ordi.
Le lien ne marche plus	Écris au support, page Besoin d'aide. On te renvoie le dossier.

NE SUPPRIME RIEN

Il y a un dossier caché, **.obsidian**. Il sert plus tard au cerveau en graphe. Laisse le où il est.

ÉTAPE 1 SUR 7 · 1 min

Crée ton projet *sur claude.ai.*

Un projet, c'est une boîte. Tout ce que tu mets dedans, Claude le relit à chaque conversation.

1 **Ouvre claude.ai**
Connecte toi. Crée un compte si t'en as pas, c'est gratuit.

2 **Clique sur Projets**
Dans le menu à gauche. Puis **Créer un projet**.

3 **Donne lui un nom**
Copie le nom ci dessous. Colle le. Valide.

COPIE COLLE CE NOM

```
Mon clone
```

ET CETTE DESCRIPTION, SI ON TE LA DEMANDE

```
Mon clone IA. Il relit sa mémoire avant de me répondre.
```

SI ÇA BLOQUE

Je ne vois pas "Projets"	La fonction peut dépendre de ton compte. Plan B : au début de chaque conversation, colle CLAUDE.md puis tes 5 fichiers mémoire. Ça marche aussi.
Le site est en anglais	Projets = **Projects**. Créer un projet = **Create project**.

ÉTAPE 2 SUR 7 · 2 min

Colle les règles *de ton clone.* 2

CLAUDE.md, c'est son cerveau de base. Comment il te parle, ce qu'il ne fait jamais, comment il range sa mémoire.

1 **Ouvre CLAUDE.md**
Dans ton dossier CLONE-IA. Double clic. Il s'ouvre dans un éditeur de texte.

2 **Copie tout**
Sélectionne tout, puis copie. Les raccourcis sont juste en dessous.

3 **Colle dans les instructions**
Dans ton projet, clique sur **Instructions** (ou "Définir les instructions du projet"). Colle. **Enregistre.**

LES RACCOURCIS

Mac	:	Cmd + A	puis	Cmd + C	puis	Cmd + V
Windows	:	Ctrl + A	puis	Ctrl + C	puis	Ctrl + V

SI ÇA BLOQUE

CLAUDE.md s'ouvre bizarrement	Clic droit, **Ouvrir avec**, puis TextEdit (Mac) ou Bloc notes (Windows).
Le site est en anglais	Instructions = **Project instructions**. Enregistrer = **Save**.
Les lignes commencent par #	C'est normal. C'est du texte .md. Claude le lit très bien.

ÉTAPE 3 SUR 7 · 1 min

Donne lui *sa mémoire.* 3

5 fichiers. Ils sont encore vides, c'est normal. L'installeur les remplit à l'étape 6.

1 **Trouve Connaissances**
Dans ton projet : **Connaissances du projet** (Project knowledge en anglais).

2 **Clique sur +**
Puis **Importer** depuis ton ordi.

3 **Choisis les 5 fichiers**
Dans le dossier **memoire/**. Tu peux les sélectionner d'un coup.

LES 5 FICHIERS À AJOUTER

```
memoire/profil.md
memoire/projets.md
memoire/decisions.md
memoire/journal.md
memoire/etat-en-cours.md
```

SI ÇA BLOQUE

Je ne trouve pas le dossier	Il est dans Documents, puis CLONE-IA, puis memoire.
Le bouton + n'importe pas de dossier	Normal. Ouvre le dossier memoire et sélectionne les 5 fichiers (Cmd ou Ctrl + A).

ÉTAPE 4 SUR 7 · 2 min

Donne lui *son équipe.* 4

Des agents qui se contredisent, puis un juge qui tranche. Commence avec 6. Tu en ajoutes quand t'en as besoin.

LES 8 FICHIERS À AJOUTER DANS CONNAISSANCES

```
poles/constitution-equipe.md
agents/00-comment-les-faire-debattre.md
agents/01-stratege-produit.md
agents/02-chercheur-de-marche.md
agents/03-copywriter.md
agents/04-critique.md
agents/05-avocat-du-diable.md
agents/06-bon-sens.md
```

COMMENT ILS BOSSENT

- ✓ Tu poses une question importante.
- ✓ 2 ou 3 agents donnent leur avis, et ils ne sont pas d'accord.
- ✓ Le bon sens tranche. Tu reçois une recommandation, pas trois.

SI ÇA BLOQUE

Pourquoi pas les 25 d'un coup	Plus de fichiers = plus de lecture à chaque réponse. Commence léger. Les 19 autres attendent dans agents/.
Un fichier refuse de s'ajouter	Vérifie qu'il finit bien par .md. Réessaie un par un.

ÉTAPE 5 SUR 7 · 1 min

Donne lui *ses outils.*

5

Les mots magiques, et les 5 outils pour sortir ton premier produit.

LES 6 FICHIERS À AJOUTER DANS CONNAISSANCES

```
commandes/00-les-mots-magiques.md
produit/1-detecteur-de-produit.md
produit/2-plan-du-produit.md
produit/3-ecrire-avec-le-clone.md
produit/4-gabarit-page-de-vente.md
produit/5-lancement-7-jours.md
```

TON PROJET CONTIENT MAINTENANT

INSTRUCTIONS	CLAUDE.md, collé à l'étape 2.
CONNAISSANCES	19 fichiers : 5 mémoire, 8 équipe, 6 outils.

SI ÇA BLOQUE

J'ai un message de limite de taille	Retire les agents 04 et 05 pour l'instant. Tu les remettras plus tard.
J'ai ajouté un fichier en double	Survole le, clique sur la corbeille, garde un seul exemplaire.

ÉTAPE 6 SUR 7 · 7 min

Lance *l'installeur.*

6

Un seul prompt. 12 questions, une par une. Il remplit ta mémoire avec tes réponses.

1 **Nouvelle conversation**
Dans ton projet **Mon clone**. Pas en dehors, sinon il ne voit pas tes fichiers.

2 **Colle le prompt**
Le prompt complet est sur la page suivante. Il est aussi dans **01-INSTALLEUR.md**.

3 **Réponds comme tu parles**
Une lettre, une phrase courte. Des fautes, c'est OK. Il range tout.

4 **Valide le résumé**
À la fin, il te fait un résumé en 5 lignes. Tape **A** si c'est juste.

SI TU VEUX ALLER PLUS VITE

```
Ouvre 01-INSTALLEUR.md, copie tout ce qui est dans le cadre,
puis colle dans la conversation.
```

SI ÇA BLOQUE

Il pose toutes les questions d'un coup	Réponds : "une par une, s'il te plaît". Il corrige.
Il invente une réponse	Dis : "n'invente rien, mets [à compléter]".
Tu sèches sur une question	Réponds "je sais pas encore". C'est une vraie réponse.

Étape 6 · le bloc à copier

Le prompt *de l'installeur.*

COPIE TOUT CE CADRE, PUIS COLLE LE DANS TA CONVERSATION

```
Tu es l'installeur de mon clone IA. Ton job : me poser 12 questions, UNE PAR UNE, puis remplir mes 5 fichiers mémoire.

Règles :
1. Pose une seule question à la fois. Attends ma réponse avant la suivante.
2. Pour chaque question, propose 3 ou 4 exemples de réponse en QCM (A, B, C, D), plus "autre : écris ta réponse". Je peux répondre par une lettre ou par une phrase.
3. Si ma réponse est floue, pose UNE relance courte. Pas plus.
4. N'invente rien. Si je ne sais pas, note "[à compléter]".
5. Tutoie moi. Phrases courtes.
6. Affiche "Question X sur 12" à chaque fois.

Les 12 questions :
1. Comment tu veux que je t'appelle, et qu'est ce que tu fais dans la vie aujourd'hui ?
2. Combien de temps tu peux donner à ton projet par semaine, et à quels moments ?
3. Qu'est ce que tu sais faire mieux que la moyenne des gens autour de toi ? (métier, passion, galère que t'as réglée)
4. Sur quel sujet des gens te demandent déjà des conseils ?
5. C'est quoi ton projet en une phrase ? Si t'en as pas encore, dis le.
6. Pour qui ? Décris UNE personne précise qui a le problème que tu veux régler.
7. Qu'est ce qui t'a bloqué jusqu'ici ? (temps, peur de te montrer, pas d'idée, pas de plan, technique, autre)
8. Où tu es présent en ligne aujourd'hui, et avec combien d'abonnés environ ? Zéro est une réponse normale.
9. Ton objectif concret pour les 30 prochains jours ? Un objet fini, pas un chiffre d'argent. Exemple : "mon guide est écrit et ma page est en ligne".
10. Comment tu veux que je te parle ? (cash, doux, très court, détaillé, avec des QCM, autre)
11. Ce que tu ne veux JAMAIS que je fasse ? (inventer des chiffres, faire des textes trop longs, te pousser à te montrer, autre)
12. Qu'est ce qui est déjà décidé et qu'on ne rediscute pas ? (un prix, un sujet, un outil, un nom, rien encore)

Quand j'ai répondu aux 12 :
A. Fais moi un résumé en 5 lignes et demande "C'est juste ? (A) oui (B) je corrige un point".
B. Puis remplis les 5 fichiers en gardant la structure de leurs gabarits :
   * memoire/profil.md : réponses 1, 2, 3, 4, 7, 8, 10, 11
   * memoire/projets.md : réponses 5, 6, 9
   * memoire/decisions.md : réponse 12, avec la date du jour
   * memoire/journal.md : une entrée "Installation du clone" avec la date du jour
   * memoire/etat-en-cours.md : prochaine action = "Ouvrir produit/1-detecteur-de-produit.md"
C. Si tu peux écrire dans mes fichiers (Claude Code), écris les. Sinon (claude.ai), donne moi chaque fichier complet dans un bloc séparé, avec son nom au dessus, pour que je le remplace.
D. Termine par une seule ligne : "Ton clone est prêt. Tape : on reprend."

Commence maintenant par la question 1.
```

ÉTAPE 7 SUR 7 · 1 min

Range ta mémoire *remplie.* 7

claude.ai ne peut pas modifier tes fichiers tout seul. Donc il te les rend, et toi tu les remplaces. Une minute.

1 **Il te donne 5 blocs**
Un par fichier, avec son nom au dessus.

2 **Supprime les anciens**
Dans Connaissances du projet, supprime les 5 fichiers de memoire/ vides.

3 **Ajoute les nouveaux**
Copie chaque bloc dans le fichier du même nom, sur ton ordi. Enregistre. Réimporte les 5.

À LA FIN DE CHAQUE SESSION, TAPE

```
sauvegarde
```

Il te rend les fichiers qui ont changé. Tu les remplaces. **C'est ce qui fait que demain, tu ne repars pas de zéro.**

SI ÇA BLOQUE

Il ne me donne pas les fichiers	Tape : "donne moi les 5 fichiers mémoire complets, un bloc chacun".
Je ne sais pas où coller le texte	Ouvre le fichier sur ton ordi (ex. memoire/profil.md), sélectionne tout, colle le bloc par dessus, enregistre.

Le test

Tape « *on en est où* ».

Nouvelle conversation dans ton projet. Trois mots. Tu vas voir tout de suite si ton clone te connaît.

COPIE COLLE CECI

```
on en est où
```

CE QUE TU DOIS VOIR

- ✓ Ton prénom, ton projet, ton objectif à 30 jours. Ceux que t'as donnés à l'installeur.
- ✓ Ce qui bloque, et LA prochaine action : ouvrir le détecteur de produit.
- ✓ Un QCM à la fin, sa recommandation en premier.

SI ÇA BLOQUE

Il répond un truc générique	T'es sans doute en dehors du projet. Ouvre **Mon clone**, puis nouvelle conversation.
Il ne connaît pas ton prénom	L'étape 7 n'est pas faite. Remplace les 5 fichiers mémoire, puis refais le test.
Il ne réagit pas au mot	Colle : "Suis la commande commandes/on-en-est-ou.md".

LA SUITE

Ça marche ?

Tape : **"On trouve mon premier produit."** Il lance le détecteur. 12 questions, un sujet à la fin.

Ensuite

Ton clone tourne. *Monte d'un cran.*

Tes fichiers restent les mêmes. Tu passes au niveau suivant quand tu veux, sans rien refaire.

1 **Parcours complet · 1 h**
Obsidian + Claude Code. La mémoire se met à jour toute seule, tes 25 agents deviennent de vrais sous agents, et tu vois ton projet grandir en graphe.

2 **Parcours expert · à ton rythme**
Quand le complet tourne depuis une semaine. Réunion du board, journal des prédictions, revue hebdo, coffre sur mesure.

OÙ TROUVER QUOI

00-COMMENCE-ICI.md	Les 3 parcours, étape par étape, avec les temps.
GUIDE-CLONE-IA.pdf	Le guide complet de 50 pages. À lire tranquille, chapitre par chapitre.
obsidian/	Le process Obsidian en 5 étapes.
prompts/	50 prompts prêts à copier. Commence par le 1, le 11, le 21, le 31 et le 43.
bonus-modele-ebook/	Un modèle d'ebook à remplir dans ton navigateur, pour faire TON produit.

CLAUDE CODE, C'EST PAYANT
Le parcours complet demande un abonnement Claude payant. Vérifie les offres sur le site officiel avant. Obsidian est gratuit pour un usage perso.

Besoin d'aide

Bloqué ? *Écris nous.*

Dis nous à quelle étape tu bloques, et ce que tu vois à l'écran. Une capture aide beaucoup.

ÉCRIS AU SUPPORT

contact@helvyra.fr

Précise ton étape et ce que tu vois

AVANT D'ÉCRIRE, VÉRIFIE

- ✓ Le dossier est bien **extrait** , pas ouvert dans le zip.
- ✓ Tu parles à Claude **dans** le projet Mon clone.
- ✓ Les 5 fichiers mémoire remplis ont bien **remplacé** les vides.
- ✓ Tu as tapé **sauvegarde** à la fin de ta dernière session.

UNE RÈGLE DE SÉCURITÉ

Ne mets jamais de mot de passe, de clé ou de code bancaire dans tes fichiers ou tes conversations. **Ton clone n'en a jamais besoin.**

CLONE IA · Kit d'utilisation de Claude, Claude Code et Obsidian. **Non affilié à Anthropic.** Les fonctions et offres des outils cités peuvent changer : vérifie sur leurs sites officiels. Ce kit ne promet aucun revenu ni aucun résultat de vente.