LE KIT

CLONE IA

Un Claude qui se souvient de tout ce que tu mets dans sa mémoire, un cerveau Obsidian que tu vois grandir, et une équipe de 25 agents qui bosse avec toi.

PAR @COURS.DIGITAL

Prêt à ouvrir en

15 minutes

Le système complet en 1 heure

CE QUE TU VAS CONSTRUIRE

1. **Une mémoire**
   Ton clone relit ses fichiers à chaque fois
2. **Un cerveau Obsidian**
   Tu vois ton projet grandir en graphe
3. **25 agents**
   Rangés en 5 pôles, un juge tranche
4. **Un board**
   Pour les décisions qui comptent
5. **Des rituels**
   Prédictions, revues, croyances
6. **Un produit**
   Du sujet à la page de vente

Le guide

Ce qu'il y a *dedans.*

7 chapitres. Lis le 1 et le 2 aujourd'hui. Le reste quand t'en as besoin.

INTRO	Le problème, les 6 mécanismes, le dossier, tes 3 parcours.
CHAPITRE 1	Le socle : installer, l'installeur, la mémoire, l'état en cours, les règles.
CHAPITRE 2	Le process Obsidian : installer, lire le graphe, relier, Claude Code dans le coffre, la routine.
CHAPITRE 3	Les pôles : la carte du cerveau, les 5 hubs, l'organigramme, la constitution.
CHAPITRE 4	L'équipe : 25 agents, le débat, la réunion du board.
CHAPITRE 5	Commandes et rituels : les mots magiques, les prédictions, les revues, les gabarits.
CHAPITRE 6	Ton premier produit : 5 outils, de l'idée à la page de vente.
CHAPITRE 7	Niveau expert et les 50 prompts.

AVANT DE TOURNER LA PAGE

Le réflexe minimum

Si tu ne retiens qu'une chose : **"reprends" au début, "sauvegarde" à la fin.** Tout le reste se construit dessus.

Avant de commencer

Ce que t'as entre les *mains.*

Un dossier. Pas une formation de 40 heures. Tu l'ouvres, tu réponds à 12 questions, ton clone est prêt. Puis tu montes d'un cran quand tu veux.

CE QUE TU VAS AVOIR

1. **Un clone qui se souvient**
   De tout ce que tu mets dans sa mémoire. Ton profil, tes projets, tes décisions.

2. **Un cerveau que tu vois**
   Obsidian te montre ta mémoire en graphe. Chaque note reliée à son pôle. Les trous sautent aux yeux.

3. **Une équipe de 25 agents**
   Rangés en 5 pôles. Ils se contredisent, puis un juge tranche. Pour les grosses décisions, le board.

4. **Des rituels qui t'apprennent**
   Tu prédis avant, tu relis après. Tu sais vite si t'es trop optimiste.

5. **Un parcours produit**
   5 outils pour sortir ton premier produit digital et écrire sa page de vente.

CE QUE CE KIT NE TE PROMET PAS

Aucun revenu. Aucun nombre de ventes. **Il t'organise, il te contredit, il garde la mémoire.** Ce que t'en fais, c'est toi.

Le problème

Sans contexte, Claude repart *de zéro.*

Tu lui réexpliques ton projet. Encore. Et encore. Et chaque réponse est générique.

CE QUI SE PASSE D'HABITUDE

- ✓ Nouvelle conversation : il ne sait plus qui tu es, ni où t'en étais.
- ✓ Il te dit oui à tout. Une seule voix, aucune contradiction.
- ✓ Il peut sortir un chiffre ou une stat qui a l'air vrai, sans source.
- ✓ Tes notes sont éparpillées. Tu ne vois pas ce que tu négliges.
- ✓ Tu décides un soir de fatigue, et tu ne sais jamais si t'avais raison.

LA SOLUTION EST BÊTE

Une mémoire écrite, que Claude relit. **Un coffre rangé**, que tu vois en graphe. **Une équipe** qui te contredit. **Des rituels** qui gardent la trace de ce que t'avais prévu.

LE PRINCIPE

Il relit, donc il sait

Claude ne garde rien tout seul d'une conversation à l'autre. Ici, il relit ses fichiers. **Il se souvient de tout ce que tu mets dans sa mémoire.**

Comment ça marche

6 mécanismes, *zéro magie.*

Tout tient dans des fichiers .md. Du texte simple. Tu peux tout lire et tout modifier.

1 **La mémoire**
5 fichiers relus à chaque conversation

2 **L'état en cours**
Ta sauvegarde. Si ça coupe, rien n'est perdu

3 **Les règles**
CLAUDE.md : comment il parle, ce qu'il ne fait jamais

4 **Les pôles**
5 hubs. Chaque note reliée. Le graphe le montre

5 **L'équipe**
25 agents, un juge, un board

6 **Les rituels**
Prédire, relire, corriger. Chaque semaine

LA RÈGLE QUI CHANGE TOUT

Zéro invention. Pas de source, pas de chiffre. Le clone écrit [à vérifier] et te dit où chercher. C'est écrit dans ses règles, il le relit à chaque conversation.

LE DUO

Claude écrit, Obsidian montre

Claude Code met à jour tes fichiers. Obsidian te les montre en graphe. **Les deux regardent le même dossier.** Rien à synchroniser.

Le dossier

Un dossier, *un rôle.*

Tout est rangé. Et tout est relié à la carte du cerveau.

```
CLONE-IA/
  00-COMMENCE-ICI.md      tes 3 parcours
  SOMMAIRE.md             tout le kit, module par module
  CLAUDE.md               les règles du clone, commentées
  01-INSTALLEUR.md        le prompt des 12 questions
  GUIDE-CLONE-IA.pdf      ce guide
  .obsidian/              réglages : graphe en couleurs, thème sombre
  memoire/                profil, projets, décisions, journal, état
  poles/                  la carte, 5 hubs, constitution, organigramme
  agents/                 25 agents + débat et board
  commandes/              7 mots magiques + skills/ pour Claude Code
  rituels/                prédictions, revues, croyances, quotidien/
  templates/              note du jour, projet, décision, prédiction
  prompts/                50 prompts classés par pôle
  produit/                5 outils : du sujet au lancement
  obsidian/               le process Obsidian en 5 étapes
  exemple/                un coffre rempli (personnage fictif)
```

COMMENCE PAR L'EXEMPLE

Ouvre le dossier **exemple/**. C'est la mémoire d'une prof de yoga qui n'existe pas. En 2 minutes, tu vois à quoi ressemble un clone qui tourne.

Choisis ton chemin

15 minutes, 1 heure, *ou plus.*

Tes fichiers restent les mêmes. Tu peux commencer petit et monter quand tu veux.

1 **Express · 15 min · claude.ai**
T'as jamais codé, tu veux tester. Un projet claude.ai, tes règles, ta mémoire, 12 questions. Le compte gratuit suffit pour tester.

2 **Complet · 1 h · Obsidian + Claude Code**
Le vrai système. Le coffre s'ouvre déjà réglé, Claude Code écrit dedans, tes 25 agents et tes commandes sont installés en une phrase.

3 **Expert · à ton rythme**
Quand le complet tourne depuis une semaine. Board, prédictions calibrées, revue hebdo, coffre sur mesure.

PAS SÛR ?

Prends l'express. **Tu passes au complet quand tu veux, sans rien refaire.**

CLAUDE.AI	Gratuit pour tester. Vérifie que la fonction Projets est sur ton compte.
CLAUDE CODE	Demande un abonnement Claude payant. Vérifie les offres sur le site officiel.
OBSIDIAN	Gratuit pour un usage perso. Vérifie les conditions sur son site officiel.

01

CHAPITRE

Le *socle.*

Installer, remplir la mémoire, faire tourner l'état en cours. Après ce chapitre, ton clone se souvient.

01 Parcours express sur claude.ai

02 Parcours complet avec Claude Code

03 L'installeur : 12 questions

04 La mémoire : 5 fichiers, 5 rôles

05 L'état en cours et la reprise

06 Les règles du clone

Parcours express

Dans *claude.ai.*

Le Claude normal, dans ton navigateur. 15 minutes, chrono en main.

1 **Crée un projet**
claude.ai, Projets, Créer un projet. Appelle le "Mon clone". 1 min.

2 **Colle les règles**
Copie tout CLAUDE.md. Colle le dans Instructions du projet. 2 min.

3 **Ajoute la mémoire**
Dans Connaissances : memoire/, la constitution, la règle du débat, les agents 01 à 06. 3 min.

4 **Ajoute les outils**
Les mots magiques et les 5 fichiers de produit/. 1 min.

5 **Lance l'installeur**
Nouvelle conversation. Colle le prompt de 01-INSTALLEUR.md. 12 questions. 7 min.

6 **Remplace tes fichiers**
Il te rend tes 5 fichiers mémoire remplis. Remplace les anciens. 1 min.

LA SEULE RÈGLE SUR CLAUDE.AI

Claude ne peut pas modifier tes fichiers lui même. **À la fin de chaque session, tape "sauvegarde".** Il te rend les fichiers qui ont changé. Tu les remplaces. 1 minute.

Parcours complet

Obsidian + *Claude Code.*

1 heure. Trois blocs. À la fin, le système tourne tout seul et tu le regardes grandir.

BLOC A · 15 MIN	Installe Obsidian. Ouvre CLONE-IA comme coffre. Ouvre le graphe (Cmd ou Ctrl + G). Lis les étapes 2 et 3 du dossier obsidian/.
BLOC B · 20 MIN	Ouvre Claude Code dans CLONE-IA. Tape "Installe les agents et les commandes du kit." Puis "Lance l'installeur." Il écrit lui même dans memoire/.
BLOC C · 25 MIN	Tape "brief du matin". Puis "On trouve mon premier produit." Puis "sauvegarde".

TES 3 PREMIÈRES PHRASES DANS CLAUDE CODE

```
Installe les agents et les commandes du kit.
Lance l'installeur.
Brief du matin.
```

POURQUOI LE COMPLET

La grosse différence

Ici, **la mémoire se met à jour toute seule**, à chaque étape. Tu n'as rien à copier. Et dans Obsidian, tu vois les notes se remplir.

CE QUE FAIT "INSTALLE LES AGENTS"

Il copie agents/ dans .claude/agents/ et commandes/skills/ dans .claude/skills/. **Tes agents deviennent de vrais sous agents**, lancés en parallèle, chacun dans sa propre tête.

L'installeur

12 questions, *une par une.*

Tu réponds comme tu parles. Des lettres, des phrases courtes. Il range tout.

1 · 2	Qui tu es, ce que tu fais. Ton temps dispo par semaine.
3 · 4	Ce que tu sais faire mieux que la moyenne. Ce qu'on te demande déjà.
5 · 6	Ton projet en une phrase. Pour UNE personne précise.
7 · 8	Ce qui t'a bloqué. Où t'es en ligne aujourd'hui, zéro inclus.
9	Ton objectif à 30 jours. Un objet fini, pas un chiffre d'argent.
10 · 11	Comment il te parle. Ce qu'il ne fait jamais.
12	Ce qui est déjà décidé et qu'on ne rediscute pas.

À LA FIN

- ✓ Un résumé en 5 lignes. Tu valides ou tu corriges.
- ✓ Tes 5 fichiers mémoire remplis, chacun à sa place, chacun relié au pôle Cerveau.
- ✓ Une ligne : "Ton clone est prêt. Tape : on reprend."

S'IL POSE TOUT D'UN COUP

Réponds "une par une". Il corrige. S'il invente une réponse : "n'invente rien, mets [à compléter]".

La mémoire

5 fichiers, *5 rôles.*

Ne mélange pas. Sinon la mémoire devient une poubelle.

PROFIL	Qui tu es, comment tu bosses, ce que t'aimes pas. Il ajoute une ligne chaque fois qu'il apprend un truc sur toi.
PROJETS	Tes projets, leur cible, leur objectif, leur avancement. Un gros projet a sa note projet.
DÉCISIONS	Chaque décision, avec la date et la raison. **Une décision notée ne se rediscute pas.**
JOURNAL	5 lignes par session. Le plus récent en haut. Relu seulement si besoin.
ÉTAT EN COURS	La reprise. Où on en est, la tâche ouverte, la prochaine action. 20 lignes max.

L'ORDRE DE LECTURE

1. **État en cours**
   Toujours en premier. Où on s'est arrêtés.
2. **Profil, projets, décisions**
   Qui tu es, sur quoi on bosse, ce qui est tranché.
3. **Journal**
   Seulement s'il a besoin du passé.

ON N'EFFACE RIEN

Une info périmée, on la **barre et on la date**. Une décision annulée reste visible avec sa raison. Ça évite de refaire deux fois la même erreur.

L'état en cours

Tape "reprends". *Il enchaîne.*

La conversation coupe, la limite de messages tombe, tu reviens 3 jours plus tard : rien n'est perdu.

CE QU'IL NOTE À CHAQUE ÉTAPE

- ✓ Ce qui est fait.
- ✓ Ce qui reste.
- ✓ LA prochaine action. Une seule.
- ✓ Ce qui bloque et ce qui est à vérifier.

CE QU'IL FAIT QUAND TU TAPES "REPRENDS"

1. **Il relit**
   L'état en cours, puis la note projet de la tâche ouverte.
2. **Il résume**
   Où on en est, la tâche, la prochaine action. 3 lignes.
3. **Il enchaîne**
   Sans te reposer les questions déjà réglées.

CE QUI ATTEND TOUJOURS TON ACCORD

Lire, écrire des fichiers, vérifier : ça reprend seul. **Publier, envoyer, payer, supprimer : jamais sans ton oui.**

Les règles

Ce que ton clone ne fait *jamais.*

Elles sont dans CLAUDE.md, en 12 sections commentées. Il les relit à chaque conversation. Tu peux les modifier.

ZÉRO INVENTION

- ✓ Aucun chiffre, résultat, témoignage ou statistique sans source.
- ✓ Pas de source : il écrit [à vérifier] et te dit où chercher.
- ✓ Il sépare toujours FAIT et HYPOTHÈSE.
- ✓ Il ne promet jamais de revenu. Ni à toi, ni à tes clients.

COMMENT IL TE PARLE

- ✓ Phrases courtes, tutoiement, direct.
- ✓ Des QCM : 2 à 4 options, sa recommandation en premier. Tu réponds par une lettre.
- ✓ Une question à la fois. Il te dit quand tu te trompes.

JAMAIS SANS TON ACCORD

Publier, envoyer, payer, supprimer. Changer une décision notée. Et **jamais de mot de passe ou de clé dans un fichier.**

02

CHAPITRE

Le process *Obsidian.*

Ta mémoire devient un cerveau que tu vois. Chaque note est un point, chaque lien un trait. Les trous sautent aux yeux.

01 Installer Obsidian, ouvrir le coffre

02 Lire la vue graphique

03 Les couleurs par dossier

04 Relier les notes : liens, hubs, tags

05 Claude Code écrit, Obsidian montre

06 La routine : 5 min le matin, 2 min le soir

Étape 1 · 5 minutes

Ouvre le dossier *comme coffre.*

Obsidian lit tes fichiers .md et te montre les liens entre eux. Tes fichiers restent sur ton ordi. Pas de compte obligatoire.

1 **Télécharge**
Sur le site officiel d'Obsidian. La version de ton ordi. 1 min.

2 **Installe**
Comme n'importe quelle appli. 1 min.

3 **Ouvre un dossier comme coffre**
"Open folder as vault" en anglais. 30 s.

4 **Choisis CLONE-IA**
Le dossier entier, pas un sous dossier. Sinon pas de couleurs. 30 s.

5 **Fais confiance au coffre**
Le kit n'a aucun plugin externe. Seulement les réglages de base. 10 s.

DÉJÀ RÉGLÉ POUR TOI

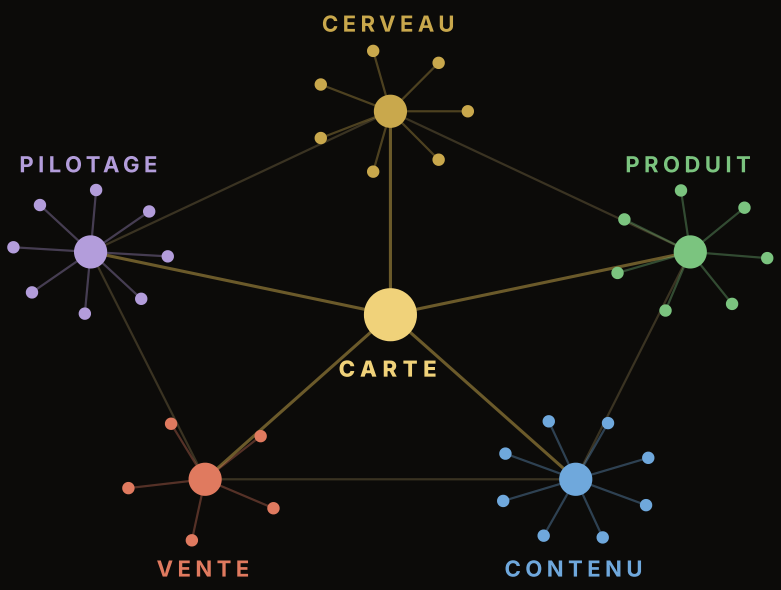
Thème sombre. **Graphe en 10 couleurs par dossier.** Notes du jour rangées dans rituels/quotidien/. Gabarits dans templates/. Tu n'as rien à configurer.

VOIR LE GRAPHE	Cmd + G sur Mac. Ctrl + G sur Windows. Ou l'icône des petits points reliés, à gauche.
PAS DE COULEURS ?	T'as ouvert un sous dossier. Ferme, rouvre CLONE-IA entier.
EN ANGLAIS ?	Réglages, Général, Langue, Français.

Étape 2

La photo de ton *cerveau.*

Chaque point, c'est une note. Chaque trait, c'est un lien. C'est tout.



GROS POINTS	Les notes avec beaucoup de liens. Normalement, tes pôles. Bon signe.
GRAPPES	Un dossier bien rangé autour de son pôle, dans sa couleur.
POINT SEUL	Une note orpheline. Personne ne la cite. On la relie à un pôle.
PÔLE PÂLE	Un pan de ton projet que tu négliges. Pas grave. Mais tu dois le savoir.

Les couleurs

Un dossier, *une couleur.*

Déjà réglées dans le coffre. Tu reconnais chaque zone d'un coup d'œil.

- **poles/** La carte et les 5 hubs
- **memoire/** Profil, projets, décisions, journal, état
- **agents/** Les 25 spécialistes
- **produit/** Les 5 outils produit
- **rituels/** Prédictions, revues, croyances, quotidien
- **obsidian/** Ce mode d'emploi
- **commandes/** Les mots magiques
- **prompts/** Les 50 prompts
- **templates/** Les gabarits
- **exemple/** Le coffre fictif

LES 3 RÉGLAGES UTILES

ORPHELINS	Roue dentée du graphe, Filtres. Coche pour voir les notes seules.
TAILLE	Affichage, Taille des nœuds. Grossis si l'écran est grand.
FORCES	Si tout est collé, augmente la distance des liens.

LE GRAPHE LOCAL

Ouvre une note, palette de commandes (Cmd ou Ctrl + P), tape "graphe local". **Tu vois seulement cette note et ses voisines.** Parfait pour voir ce qu'une décision touche.

Étape 3

Une note pas reliée *se perd.*

C'est un papier tombé derrière le bureau. Il existe, mais personne ne le retrouve. Ni toi, ni ton clone.

LE LIEN : DEUX CROCHETS

```
[[memoire/decisions]]
[[memoire/decisions|mes décisions]]     texte affiché au choix
```

1 **Le lien**
Tape deux crochets ouvrants dans Obsidian. Il propose la liste des notes. Tu choisis. Un trait apparaît dans le graphe.

2 **Le hub**
Une note sommaire qui liste toutes les notes d'un sujet. Ton kit en a 6 : la carte et les 5 pôles.

3 **Le tag**
Une étiquette qui commence par #. Exemple : #pole/produit. Clique dessus, tu vois toutes les notes qui l'ont.

LA RÈGLE DU COFFRE

EN DERNIÈRE LIGNE DE CHAQUE NOTE

```
Pôle : [[poles/pole-produit|Pôle Produit]] #pole/produit
```

LA RÈGLE

Dans les deux sens

La note pointe vers son pôle. **Et le hub du pôle liste la note.** Ton clone connaît la règle. Dans Claude Code, il le fait seul. Toi, tu vérifies : zéro point isolé.

Les erreurs

Un graphe propre, *c'est un choix.*

Le graphe ne réfléchit pas. Il montre. S'il est en bazar, c'est que le coffre l'est.

- ✓ Des liens partout, vers tout. Un lien doit vouloir dire "va lire ça". Sinon c'est du bruit.
- ✓ Une note de 3 lignes pour chaque idée. Regroupe : une note par sujet.
- ✓ Des fichiers bruts dans le coffre : exports, tableurs, captures en vrac. Range les ailleurs.
- ✓ Une note reliée à 4 pôles. Un pôle principal, plus une ligne "Relié aussi à".
- ✓ Un mot de passe ou une clé dans une note. Jamais. Même "juste pour une minute".

UNE NOTE QUI SERT À DEUX PÔLES

EXEMPLE

```
Pôle : [[poles/pole-contenu|Pôle Contenu]] #pole/contenu
Relié aussi à : [[poles/pole-vente|Pôle Vente]]
```

LA COMMANDE QUI RANGE

Dans Claude Code, tape : **"relie les notes orphelines"**. Il cherche les notes sans pôle et les branche, dans les deux sens. Puis il te dit où.

Étape 4

Claude écrit. *Obsidian montre.*

Les deux regardent le même dossier. Mets les fenêtres côte à côte. Tu vois ton projet grandir pendant qu'il bosse.

REPRENDS	Il lit l'état en cours et continue la tâche ouverte.
BRIEF DU MATIN	Les 3 priorités du jour, tirées de ta mémoire.
CRÉE UNE NOTE PROJET	Il part du gabarit, la remplit, la relie au bon pôle.
RELIE LES ORPHELINES	Il branche chaque note seule à son pôle.
CE QUI A CHANGÉ	"Montre moi ce qui a changé cette semaine." Il lit le journal et les dates.
SAUVEGARDE	Il met à jour la mémoire, l'état en cours et le journal.

LES 3 RÈGLES DU DUO

1 **Un seul écrit à la fois**
Si tu modifies une note pendant qu'il l'écrit, l'un écrase l'autre. Laisse le finir.

2 **Tu lis, il range**
Écris à la main si tu veux. Mais les liens, les hubs, les tags : laisse les lui.

3 **Sur claude.ai aussi**
En manuel : il te rend les fichiers, tu les colles dans Obsidian. Plus lent, mais ça marche.

Étape 5

5 minutes le matin. *2 le soir.*

Un clone pas nourri reste générique. Cette routine le nourrit sans te prendre ta journée.

MATIN · 30 S	Ouvre la note du jour dans Obsidian (icône calendrier). Le gabarit se remplit.
MATIN · 1 MIN	Tape "brief du matin". 3 priorités, un truc à savoir.
MATIN · 1 MIN	Les 3 vont dans la note du jour. Dans Claude Code, il le fait seul.
MATIN · 2 MIN	Coup d'œil au graphe. Un point isolé ? "Relie les notes orphelines."
SOIR · 1 MIN	Tape "sauvegarde". Mémoire, état en cours, journal à jour.
SOIR · 1 MIN	3 lignes dans la note du jour : fait, appris, demain.
DIMANCHE	15 min. Tape "go". Croyances de la semaine, prédictions relues.

PAS DE CULPABILITÉ

Tu sautes un jour ?

Rien n'est cassé. **Tape "reprends".** Il lit l'état en cours et repart de là. C'est fait pour.

Pas de promesse ici. C'est mécanique : plus tu le nourris, plus il a de contexte. Plus il a de contexte, moins tu réexpliques.

03

CHAPITRE

Les *pôles.*

Un coffre rangé en 5 pôles. Chaque pôle a son hub, son lead et une seule métrique. La carte du cerveau relie tout.

01 La carte du cerveau

02 Les 5 pôles et leur métrique

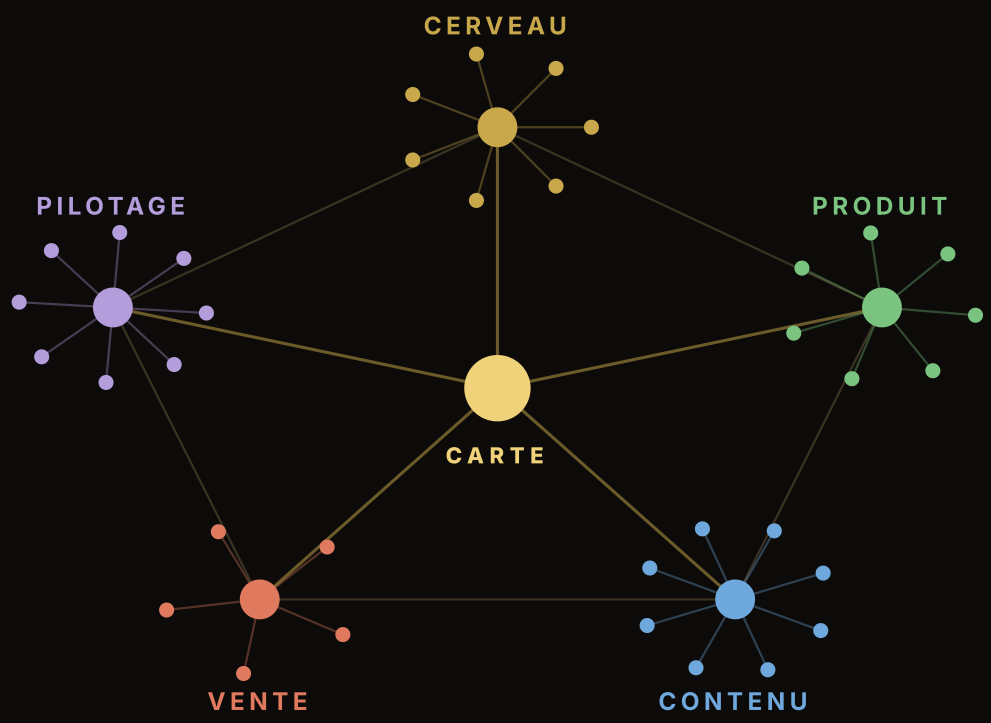
03 L'organigramme : qui mène quoi

04 La constitution de l'équipe

La carte

Le hub *des hubs.*

poles/oo-CARTE-DU-CERVEAU.md. Tout part d'ici. Les 5 pôles, et les liens entre eux.



COMMENT LA LIRE

Au centre, la carte. Autour, les 5 pôles. Autour de chaque pôle, ses notes, dans leur couleur. **Chaque note renvoie à son pôle, chaque pôle renvoie à la carte.**

Les pôles

5 hubs, *5 métriques.*

Une métrique par pôle. Pas cinq. Si elle ne bouge pas pendant un mois, la revue hebdo pose la question.

CERVEAU	La mémoire, l'organisation, la reprise. Métrique : **état en cours à jour chaque soir.**
PRODUIT	Trouver, construire, présenter ton produit. Métrique : **produit fini et page en ligne.**
CONTENU	Textes, vidéos courtes, accroches, emails. Métrique : **contenus publiés par semaine.**
VENTE	Messages, conversations, appels. Métrique : **conversations utiles par semaine.**
PILOTAGE	Chiffres, prédictions, décisions, constance. Le board siège ici. Métrique : **décisions prises et prédictions relues.**

CE QU'IL Y A DANS UN HUB

- ✓ Une phrase : à quoi sert le pôle.
- ✓ Sa métrique unique.
- ✓ Ses agents, avec le lead en premier.
- ✓ Ses outils, commandes, prompts et rituels.
- ✓ Les liens vers les 4 autres pôles et vers la carte.

Qui mène quoi

Toi au sommet. *Un juge* juste en dessous.

Tu décides, en QCM. Bon sens tranche entre les pôles et vérifie les livrables.

CERVEAU	Lead : gardien de la mémoire. Avec : chef de projet.
PRODUIT	Lead : stratège produit. Avec : chercheur de marché, chercheur de concurrents, architecte d'offre, page de vente, designer de pages.
CONTENU	Lead : copywriter. Avec : critique, reels faceless, scripteur de vidéos courtes, hooks, rédacteur d'emails, correcteur de message.
VENTE	Lead : closer. Avec : DM, setter DM.
PILOTAGE	Lead et juge : bon sens. Avec : avocat du diable, oracle, stratège long terme, planificateur, coach de constance, compliance.

LE COMPTE

25 agents

2 au Cerveau, 6 au Produit, 7 au Contenu, 3 à la Vente, 7 au Pilotage. **Un agent qui ne sert à rien pendant un mois peut sortir.**

Les règles de l'équipe

Elle passe avant *chaque fiche.*

poles/constitution-equipe.md. Tous les agents la lisent. Si une fiche la contredit, la constitution gagne.

- ✓ **Zéro invention.** Tout chiffre a sa source et sa date. Sinon : je ne sais pas.
- ✓ **Une hypothèse n'est pas un fait.** Un seul résultat n'est pas une stratégie.
- ✓ **Notes honnêtes.** Un agent met 9 ? Les autres le ramènent à 6 s'ils voient une faille.
- ✓ **Aucune promesse de revenu.** Pas de faux avis, pas de fausse rareté.
- ✓ **La donnée gagne.** Un chiffre réel contredit l'hypothèse ? On lâche l'hypothèse.
- ✓ **On ouvre le vrai livrable** avant d'écrire "c'est fait".

QUI TRANCHE

DANS UN PÔLE	Le lead du pôle.
ENTRE PÔLES	La donnée. Sans donnée : le juge, en une ligne.
VALEURS, PRIX, RISQUE	Toi. En un QCM, recommandation en premier.

04

CHAPITRE

L'équipe et *le board.*

25 agents qui se contredisent. Un juge qui tranche. Et pour les décisions lourdes, un board de 6 voix.

01 Les 25 agents, pôle par pôle

02 Le débat : 2 ou 3 agents, puis le juge

03 La réunion du board : max 3 tours

04 Le format Claude Code et claude.ai

L'équipe, 1 sur 3

Cerveau et *Produit.*

Chaque agent a un seul job. Il peut être en désaccord avec les autres. C'est voulu.

PÔLE CERVEAU

1 **Gardien de la mémoire**
Lead. Tient la mémoire vraie, courte, reliée

2 **Chef de projet**
Découpe en étapes, repère ce qui traîne

PÔLE PRODUIT

1 **Stratège produit**
Lead. Choisit le produit à faire en premier

2 **Chercheur de marché**
Vérifie que le problème existe, avec sources

3 **Chercheur de concurrents**
Ce qui existe, le trou à prendre

4 **Architecte d'offre**
Peurs levées, prix clair, garantie tenable

5 **Page de vente**
Remplit le gabarit bloc par bloc

6 **Designer de pages**
Lisible sur téléphone en 30 secondes

L'équipe, 2 sur 3

Contenu et *Vente.*

Le contenu dit quoi. La vente transforme une conversation en décision. Sans forcer.

PÔLE CONTENU

1 **Copywriter**
Lead. Simple, parlé, sans promesse de revenu

2 **Critique**
Note sur 10, classe les corrections

3 **Reels faceless**
Idées et scripts sans montrer ton visage

4 **Scripteur vidéos courtes**
15 à 60 s, mot pour mot

5 **Hooks**
10 accroches, test du clic

6 **Rédacteur d'emails**
Une idée, un lien, une vraie voix

7 **Correcteur de message**
3 versions notées avant envoi

PÔLE VENTE

1 **Closer**
Lead. Prépare et débriefe les appels

2 **DM**
Répond comme un humain

3 **Setter DM**
Comprend la situation avant de proposer

L'équipe, 3 sur 3

Le pôle qui *décide.*

C'est ici que siège le board. Ces agents ne produisent pas : ils vérifient, mesurent, tranchent.

1 **Bon sens**
Lead et juge. GO, GO SI ou NO-GO

2 **Avocat du diable**
Cherche la faille qui tue le plan

3 **Oracle**
Chiffres, goulot, prédictions calibrées

4 **Stratège long terme**
Dans 1 an ? 3 petits paris

5 **Planificateur**
7 jours que tu peux vraiment tenir

6 **Coach de constance**
L'action minimum d'un mauvais jour

7 **Compliance**
Une ligne de risque. Pas de sermon

RÈGLE COMMUNE À TOUS

Chaque agent lit la constitution et ta mémoire avant de parler. 150 mots max. Une note sur 10, un vote, et **un fait qui le ferait changer d'avis.**

CLAUDE CODE Chaque fiche a son en tête name et description. Copiée dans .claude/agents/, elle devient un vrai sous agent.

CLAUDE.AI Ajoute la fiche aux connaissances. Écris : "Joue l'agent oracle avec sa fiche".

Le débat

Ils se contredisent, *bon sens tranche.*

3 niveaux, selon le poids de la question. Pas de board pour une virgule.

NIVEAU 1	Question simple, faute, résumé : le clone répond direct.
NIVEAU 2	Produit, prix, page, plan, texte public : **2 ou 3 agents, puis bon sens.**
NIVEAU 3	Argent, beaucoup de temps, ou ça ne se défait pas : **réunion du board.**

PROMPT DU DÉBAT

```
Débat. Question : [ta question].
Agents : [agent 1], [agent 2], [agent 3].
Chacun répond avec sa fiche, 150 mots max, note /10 et vote.
Montre les désaccords. Puis bon sens tranche en 3 lignes.
Note la décision dans memoire/decisions.md.
```

PRODUIT	stratège produit, chercheur de marché, avocat du diable
OFFRE	architecte d'offre, avocat du diable, compliance
TEXTE	copywriter, critique
PAGE	page de vente, designer de pages, compliance
APPEL	closer, avocat du diable
CHIFFRES	oracle, avocat du diable

Le board

6 voix. 3 tours max. *Un juge.*

Pour les décisions que tu regretterais de prendre seul un soir de fatigue.

1	**Bon sens** Président et juge. Parle en dernier	2	**Avocat du diable** La faille
3	**Oracle** Les chiffres et la prédiction	4	**Stratège long terme** Et dans 1 an ?
5	**Compliance** Le risque, en une ligne	6	**Lead du pôle concerné** Le siège variable

L'ORDRE DU JOUR

1 · QUESTION	Une phrase, 2 ou 3 options.
2 · FAITS	Ce qui est déjà décidé. Les chiffres avec source. Le reste : HYPOTHÈSE.
3 · TOUR 1	Chacun en parallèle : 150 mots, note, vote, un fait qui ferait changer d'avis.
4 · TOUR 2	Si moins de 75 % de GO : seulement les dissidents, qui répondent aux autres.
5 · TOUR 3	Bon sens tranche. Le désaccord restant est écrit, pas caché.
6 · TRACE	L'oracle écrit la prédiction. La décision va dans decisions.md.

Le board

Tape trois mots. *Il siège.*

Dans Claude Code avec les commandes installées : "réunion du board". Sinon, le prompt complet.

PROMPT DE LA RÉUNION DU BOARD

```
Réunion du board.
Question : [ta décision en une phrase].
Options : A) [...] B) [...] C) [...]
Siège variable : [lead du pôle concerné].
Suis l'ordre du jour de agents/00-comment-les-faire-debattre.md.
Max 3 tours. Bon sens tranche. Oracle écrit la prédiction.
Note tout dans memoire/decisions.md et rituels/01-journal-des-predictions.md.
```

CE QUE TU REÇOIS

- ✓ Le tableau des votes : qui, note, vote, en une phrase.
- ✓ Les désaccords, écrits noir sur blanc.
- ✓ Le verdict de bon sens en 3 lignes : verdict, raison, prochaine action.
- ✓ La prédiction, avec son % et sa date de relecture.

QUAND C'EST À TOI DE TRANCHER

Valeurs, prix, risque que toi seul peux prendre : le board te rend **un QCM, sa recommandation en premier.** Tu réponds par une lettre.

LES ERREURS

Réunir le board pour une virgule. Ignorer l'avocat du diable parce qu'il dérange. Faire un 4e tour : débattre sans fin, c'est une façon de ne pas décider.

05

CHAPITRE

Commandes et *rituels.*

Un mot, et il sait quoi faire. Des rituels courts qui gardent la trace de ce que t'avais prévu, et de ce qui s'est passé.

01 Les 7 mots magiques

02 Les installer dans Claude Code

03 Le journal des prédictions

04 La revue des résultats

05 La revue hebdo et les croyances

06 Les gabarits

Les commandes

7 mots. *C'est tout.*

Chacun a sa fiche dans commandes/ (claude.ai) et sa skill dans commandes/skills/ (Claude Code).

REPRENDS	Après une coupure. Il lit l'état en cours et enchaîne.
BRIEF DU MATIN	Le matin. 3 priorités, un truc à savoir, une question.
ON EN EST OÙ	Quand tu te sens perdu. Tous tes projets en 10 lignes, puis un QCM.
SAUVEGARDE	À la fin de chaque session. Toute la mémoire à jour.
FAIS UNE ANALYSE	Après un lancement. L'oracle trouve la couche qui casse, P0 à P3, une prédiction.
RÉUNION DU BOARD	Avant une décision lourde. 6 voix, 3 tours max, un juge.
GO	Le dimanche. La page des croyances : Vrai, À changer, Faux.

SI TU NE RETIENS QUE DEUX

Le réflexe minimum

"reprends" au début, "sauvegarde" à la fin. Les 5 autres viennent quand t'en as besoin.

Les skills

Une phrase, *et c'est installé.*

Dans Claude Code, les commandes deviennent de vraies skills. Il les reconnaît tout seul quand tu dis le mot.

DANS CLAUDE CODE

```
Installe les agents et les commandes du kit.
```

```
Ce qu'il fait :
  agents/*.md              copiés dans  .claude/agents/
  commandes/skills/go/     copié dans   .claude/skills/go/
  commandes/skills/...     les 7 dossiers, pareil
```

SUR CLAUDE.AI

1 **Ajoute la fiche**
commandes/00-les-mots-magiques.md dans les connaissances du projet.

2 **Tape le mot**
Le clone lit la fiche et suit les étapes.

3 **S'il ne réagit pas**
Colle : "Suis la commande commandes/go.md."

TU VEUX LA TIENNE ?

Copie un dossier de commandes/skills/, change le nom, la description (avec les mots qui la déclenchent) et les étapes. **Une commande, c'est juste une liste d'étapes que tu ne veux plus réécrire.**

Avant chaque lancement

Tu écris avant. *Tu relis après.*

Avant, tout le monde sent que ça va marcher. Après, tout le monde savait. Ce journal empêche de se mentir.

VÉRIFIABLE	Pas "ça va bien marcher". Plutôt "au moins 3 personnes me posent une question d'ici 7 jours".
UN %	Entre 5 et 95. Jamais 0, jamais 100. 50 %, c'est "j'en sais rien".
UNE DATE	Relecture à J+7 par défaut.
INTOUCHABLE	On ne modifie jamais après coup. Tu changes d'avis ? Nouvelle ligne : "remplace P003".
LE SCORE	(% en décimal moins le résultat) au carré. Plus c'est proche de 0, mieux t'es calibré.

EXEMPLE DE SCORE

```
Tu avais dit 80 % (0,8). C'est arrivé (1).
(0,8 moins 1) au carré = 0,04. Très bien.
Ce n'est pas arrivé (0) : (0,8 moins 0) au carré = 0,64. Aïe.
```

CE QUE TU APPRENDS

La calibration

Au bout de 10 prédictions résolues : tes "80 %" arrivent vraiment 8 fois sur 10 ? Si c'est une fois sur deux, **t'es trop optimiste.** Tu baisses. C'est tout l'intérêt.

Après chaque lancement

Des faits. *Un seul test.*

15 minutes. Commande : "fais une analyse". Pas de panique, pas de fête.

1 **Relève les chiffres**
Vus, cliqués, lus, achetés, messages. Chacun avec sa source et sa date. Pas relevé ? Écris "pas relevé". 5 min.

2 **Trouve la couche qui casse**
Personne ne voit : le contenu. On voit sans cliquer : l'accroche. On clique sans acheter : la page ou l'offre. 5 min.

3 **Relis la prédiction**
C'est arrivé ? Résultat et score dans le journal. 2 min.

4 **Choisis UN test**
Un seul changement, sur la couche qui casse. Avec une nouvelle prédiction. 3 min.

LE FORMAT DU TEST

```
Je change [quoi] parce que [chiffre].
Je prédis [résultat vérifiable] à [%] d'ici [date].
```

LES PIÈGES

Conclure sur 12 visites : moins de 30 observations, c'est un signal, pas une preuve. Changer 5 choses à la fois. Croire qu'un bon résultat est une stratégie.

Le dimanche · 15 minutes

Tape "go". *Coche. C'est corrigé.*

Ton clone te montre ce qu'il croit de toi. Tu coches. Il met sa mémoire à jour.

1 · CROYANCES	Il remplit la page : 10 à 20 phrases qu'il tient pour vraies sur toi et ton projet, avec leur source.
2 · TU COCHES	Dans Obsidian, tu cliques : Vrai, À changer ou Faux. Une correction si besoin. Puis tu retapes "go".
3 · IL CORRIGE	Vrai : on garde. À changer : il corrige le fichier source. Faux : il barre et date.
4 · PRÉDICTIONS	Celles arrivées à échéance sont résolues.
5 · LE CAP	LA priorité de la semaine va dans l'état en cours. Une seule.

À QUOI RESSEMBLE UNE CROYANCE

```
## 2. Ta cible, ce sont des salariés débutants.
Source : memoire/projets.md
[ ] Vrai   [ ] À changer   [ ] Faux
Correction :
```

Sur claude.ai, il affiche la liste et tu réponds par numéro et lettre : **1V, 2C, 3F.** Même résultat.

templates/

Tu ne pars jamais *d'une page blanche.*

Dans Obsidian : palette de commandes, "Insérer un modèle". Le dossier est déjà réglé. Dans Claude Code : "crée une note projet pour [nom]".

1 **Note quotidienne**
Les 3 du jour à cocher, le truc à savoir, et le soir : fait, appris, demain. Créée seule par Obsidian.

2 **Note projet**
La phrase produit, le résultat fini, les étapes de moins de 2 heures, ce qui bloque, la décision et la prédiction liées.

3 **Note décision**
La question, les options, le tableau des votes, le désaccord restant, le verdict.

4 **Note prédiction**
Ce qui va se passer, ton %, pourquoi, ce qui te ferait changer d'avis. Et la relecture.

TOUS DÉJÀ RELIÉS

Chaque gabarit finit par sa ligne Pôle. **Une note créée depuis un gabarit apparaît directement au bon endroit dans le graphe.**

06

CHAPITRE

Ton premier *produit.*

Un objet fini, petit, utile. Un guide, un kit, une checklist. Et sa page de vente. Le pôle Produit au travail.

01 Les 5 outils

02 Écrire avec le clone

03 La page de vente

04 Le lancement en 7 jours

Le parcours produit

Ton premier produit, *en 5 outils.*

Dis à ton clone : "On trouve mon premier produit." Il lance le premier outil.

1 **Détecteur de produit**
12 questions pour trouver un sujet que tu maîtrises déjà. 3 sujets classés, débat, verdict.

2 **Plan du produit**
Le sommaire en 5 à 8 chapitres, du problème au résultat.

3 **Écrire avec le clone**
6 prompts : interview, premier jet, critique, ta voix, mise en page, faits.

4 **Gabarit page de vente**
11 blocs à remplir, plus les obligations légales à vérifier.

5 **Lancement 7 jours**
Une prédiction avant, des actions chaque jour, un tableau le soir.

OUTIL 1

La phrase à obtenir

Un **[format]** qui aide **[une personne précise]** à **[résultat concret]** en **[temps]**, sans **[sa plus grosse douleur]**.

Écrire avec le clone

Toi le fond. *Lui la forme.*

Ton vécu, tes exemples, tes erreurs. C'est ce qui rend ton produit différent de ce qu'une IA sort toute seule.

PROMPT 1 · L'INTERVIEW

```
On écrit le chapitre [numéro] : [titre]. Avant d'écrire, interviewe moi.
Pose moi 5 questions, une par une, pour récupérer mon vécu,
mes exemples et mes erreurs. N'écris qu'après mes 5 réponses.
```

PROMPT 2 · LE PREMIER JET

```
Écris le chapitre avec mes réponses. Mes mots, phrases courtes,
un exemple par idée. [à compléter] là où il manque une vraie info.
Aucun chiffre, aucune étude, aucun témoignage inventé.
```

PROMPT 3	La passe critique : critique et avocat du diable, puis réécriture.
PROMPT 4	Ta voix : plus parlé, comme si tu l'expliquais à un pote.
PROMPT 5	La mise en page : titres, encadrés, exercice final. Le designer de pages aide.
PROMPT 6	Les faits : chaque affirmation gardée avec source, reformulée ou retirée.

LE RYTHME

Un chapitre par session. Puis "sauvegarde". L'état en cours garde où t'en es.

La page de vente

Claire, honnête, *finie.*

11 blocs dans l'ordre. Page de vente, designer de pages et compliance la font avec toi.

1 · 2 · 3	Le titre où on se reconnaît. Sa journée, avec ses mots. Pourquoi ça bloque vraiment.
4 · 5 · 6	Qui tu es, court et vrai. Ce qu'il y a dedans. Pour qui c'est, pour qui ce n'est pas.
7 · 8 · 9	Les preuves réelles ou un extrait gratuit. Un prix clair. La garantie, si t'en mets une.
10 · 11	5 à 7 vraies questions. Un seul bouton.

JAMAIS SUR TA PAGE

Revenu promis, nombre de ventes, "argent facile". Faux avis. Fausse rareté. Prix barré jamais pratiqué.

À VÉRIFIER AVANT DE METTRE EN LIGNE

- ✓ Un statut déclaré pour vendre.
- ✓ Mentions légales et CGV.
- ✓ Droit de rétractation du contenu numérique, écrit dans tes CGV.
- ✓ Politique de confidentialité si tu récoltes des emails.
- ✓ TVA et déclaration selon ton statut.

Ton clone n'est pas juriste. Vérifie sur les sites officiels de ton pays ou avec un pro.

Le lancement

7 jours *d'actions.*

Des actions, pas des résultats promis. Prédire, faire, noter, ajuster.

AVANT	Ta prédiction dans le journal : ce qui va se passer en 7 jours, avec un %.
JOUR 1	Lien en bio. Ta phrase. 5 idées de reels.
JOUR 2	1 reel sur la situation de ta cible. Pas encore le produit.
JOUR 3	Les coulisses : ton écran, ton plan, tes pages.
JOUR 4	1 conseil gratuit tiré du produit. Réponds à chaque message.
JOUR 5	Présente l'objet. Écris à ceux qui t'ont déjà posé la question.
JOUR 6	Réponds aux 3 questions reçues. Ajoute les à ta FAQ.
JOUR 7	Revue des résultats. Relis ta prédiction. UN test pour la suite.

CE QUE TU NE FAIS PAS

Messages en masse à des inconnus. Abonnés achetés. Chiffres annoncés que t'as pas.

07

CHAPITRE

Niveau *expert.*

Quand le parcours complet tourne depuis une semaine. Le coffre devient le tien.

01 Ton coffre sur mesure

02 Les 50 prompts

03 Ta première session

Niveau expert

Le coffre devient *le tien.*

Le kit est une base. Au bout de quelques semaines, il doit te ressembler, pas ressembler au kit.

1. **Ajoute un pôle**
   "Crée un pôle [nom] avec son hub, sa métrique et sa couleur dans le graphe." Il crée le hub, le relie à la carte, ajoute la couleur.

2. **Retire un agent**
   Un agent qui n'a servi à rien en un mois ? Tu le sors. Moins de voix, plus claires.

3. **Crée ton agent**
   Copie une fiche. Change le nom, la description, le job. Mets le dans un pôle.

4. **Crée ta commande**
   Une liste d'étapes que tu ne veux plus réécrire ? Un dossier dans commandes/skills/.

5. **Lis ta calibration**
   10 prédictions résolues : remplis le tableau. Tu sais de combien tu te trompes.

AVANT D'AJOUTER

La règle de l'expert

Moins, mais mieux. Un coffre qui grossit sans liens devient une poubelle. Chaque ajout a son pôle, sa raison et une date.

prompts/

50 prompts, *prêts à copier.*

Rangés par pôle. Tu remplaces ce qui est entre crochets. Avec ta mémoire derrière, ils ne sont pas génériques.

PRODUIT · 1 À 10	Trouver 3 sujets, tester un sujet, concurrents, phrase produit, sommaire, interview, offre, page, mise en forme, vérification.
CONTENU · 11 À 20	10 accroches, script court, reels sans visage, chapitre en 5 contenus, emails, réécriture, critique, calendrier, recyclage.
VENTE · 21 À 30	Premier message, réponse, relance, appel, débrief, objection, FAQ, suivi, lancement, où ça casse.
ORGANISATION · 31 À 40	Plan de la semaine, découper un projet, relier les orphelines, nettoyer la mémoire, résumer, ranger, priorités, reprise.
RÉFLEXION · 41 À 50	La faille, le pré mortem, le board, fait ou hypothèse, prédiction, angles morts, petits paris, leçons du mois.

LE NUMÉRO 43 · LA RÉUNION DU BOARD

```
Réunion du board. Question : [décision].
Options : A) [ ] B) [ ]. Siège variable : [lead].
Max 3 tours, bon sens tranche, oracle écrit la prédiction.
```

LES 5 À ESSAYER D'ABORD

1 · Trouver 3 sujets. 11 · 10 accroches. 21 · Premier message. 31 · Plan de la semaine. 43 · Réunion du board.

Maintenant

Ta première *session.*

Installe. Réponds. Puis tape trois mots.

1. **Installe**
   Express en 15 minutes, ou complet en 1 heure.

2. **Tape "reprends"**
   Ton clone te dit où t'en es et la prochaine action.

3. **Dis "on trouve mon premier produit"**
   Il lance le détecteur. 12 questions. Un sujet à la fin.

4. **Le soir, tape "sauvegarde"**
   Et demain, tu repars d'où t'en étais. Pas de zéro.

5. **Le dimanche, tape "go"**
   Il te montre ce qu'il croit de toi. Tu corriges. Il te ressemble un peu plus.

CE QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

Un clone qui se souvient

De tout ce que tu mets dans sa mémoire. **Plus tu le nourris, plus il te ressemble.**

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.