

## LA NAISSANCE D'UNE MÉTHODE



# De mon vécu à la naissance de la méthode

Tout d'abord, c'est un honneur pour moi de vous savoir en train de lire ce livre. **MERCI**

Vous allez y découvrir et appliquer la méthode Business Bonheur qui vous permettra de mieux vous connaître pour mieux entreprendre.

**Au travers de 3 étapes, vous allez pouvoir clarifier votre projet d'entreprise, que celui-ci existe déjà ou que vous soyez au stade de l'idée.**

Mais avant de vous expliquer comment utiliser la méthode, laissez-moi me présenter en quelques mots afin que vous puissiez comprendre l'origine de la méthode.

Le leitmotiv principal qui m'anime aujourd'hui est :

***« La vie est un cadeau que l'on se doit de déballer à chaque instant. »***

En effet, d'après moi, la vie est ce que l'on a de plus précieux (avec la santé) et l'idéal est de profiter de chaque seconde que la vie nous offre.

**J'ai le grand plaisir d'accompagner des entrepreneurs comme vous dans le développement d'une activité qui apporte de la joie au quotidien.**

**Comment ?** En définissant des stratégies vous permettant d'augmenter vos résultats tout en restant focalisé sur votre mieux-être et celui de vos proches.

Cette envie d'accompagner le chef d'entreprise, sur son développement personnel et à la fois sur son business, est née des expériences que j'ai pu vivre en tant que chef d'entreprise et des problématiques que les clients que j'accompagne ont partagé avec moi.

**Dès 2008, j'ai lancé ma première activité**, une agence Web qui aidait les entreprises à développer leur chiffre d'affaires en combinant stratégies business éprouvées et outils en ligne.

**Puis, en 2014, j'ai vécu une perte de sens**, c'est alors que j'ai décidé de me faire accompagner par des professionnels de la création d'entreprise pour tenter de relancer une nouvelle activité qui serait plus alignée avec mes besoins, mes attentes et mes envies.

**Au fil des semaines de réflexion** et à force de travailler sur des outils focalisés sur le business, **je me suis rendu compte qu'il manquait quelque chose : un outil qui s'intéresserait à moi plutôt qu'à la viabilité de mon entreprise**<sup>3</sup>.

C'est ainsi qu'est née la méthode que vous allez mettre en pratique page après page. Car oui, ce livre est un livre qui vous invite à passer à l'action !

**Avec l'académie #BusinessBonheur, j'ai lancé un mouvement que j'ai toujours imaginé plus grand que moi**, c'est d'ailleurs pour cela que l'académie ne porte pas mon nom.

J'aspire à ce que la communauté réunie autour du site Internet [www.businessbonheur.com](http://www.businessbonheur.com) et des deux mots-clés contenus dans ce hashtag<sup>4</sup> puisse grandir et même perdurer après ma mort.

J'en profite pour remercier la maison d'édition GERESO et mon editrice Raphaëlle pour l'opportunité de laisser une trace écrite sur cette Terre et de permettre à la méthode d'être partagée à travers ce livre et de la rendre disponible partout dans le monde.

**Pour finir cette présentation, laissez-moi partager avec vous l'une de mes plus grandes « erreurs » : ne pas m'autoriser à vivre pleinement ma vie.**

Parfois par peur du regard des autres, parfois par procrastination ou encore parfois par manque de confiance en moi, je n'ai pas utilisé l'entièreté de mon potentiel !

---

*3. Lorsque je parle de « viabilité d'une entreprise », je parle de la capacité pour une entreprise de perdurer dans le temps. Cela sous-entend que l'entreprise est capable de supporter les hauts et les bas inhérents au contexte économique et social ainsi que d'évoluer en fonction des événements internes ou externes à celle-ci.*

*4. Utilisez le hashtag #BusinessBonheur lorsque vous écrivez sur les réseaux sociaux, cela permettra à la communauté de centraliser tous les sujets en lien avec la méthode et favorisera les partages.*

La vie est tellement précieuse que nous devrions toutes et tous utiliser nos talents et nos dons pour nous aider nous-mêmes et aider les autres ! Je suis convaincu que chacun a quelque chose à apporter dans ce monde (vous y compris !).

C'est pour cette raison que j'ai décidé d'accompagner les entrepreneurs motivés à passer d'une vie qui ne leur convient pas (peu importe la raison) à un épanouissement au travail et dans la vie.

**Il est donc temps de se bouger ensemble pour impacter positivement le monde à notre échelle !**

Car un entrepreneur est un créateur de valeurs qui peut faire la différence, pour lui-même, son entourage et ses clients !

Je vous souhaite une excellente lecture et surtout je vous invite à mettre en application les exercices et les concepts partagés dans ce livre, car d'après moi, tout est possible à partir du moment où vous l'avez décidé et à partir du moment où vous mettez des actions en place.

**Embarquez donc pour l'aventure « Business Bonheur » vers votre mieux-être et la création de valeur pour un monde meilleur.**

Impact positif et bienveillance.

**Pro-amicalement,  
David.**

**P.-S. : Pour une question de lisibilité, j'ai choisi d'utiliser le masculin dans l'écriture de ce manuscrit. Bien entendu, cet ouvrage s'adresse à tous les genres.**



## Ce livre est-il fait pour vous ?

- **Imaginez pouvoir faire ce qui est important pour vous sans avoir de limite.**
- **Imaginez pouvoir vous sentir libre et serein chaque jour tout en contribuant à votre bonheur et celui des autres.**
- **Imaginez un business qui vous apporterait de l'épanouissement au quotidien et qui comblerait vos besoins, vos attentes et vos envies.**

Par exemple, que diriez-vous de pouvoir consacrer du temps aux devoirs de vos enfants ou encore de pouvoir travailler depuis une plage de sable fin si c'est important pour vous ?

C'est ce que j'appelle le Business Bonheur et c'est ce que je vous propose d'atteindre à l'aide de la méthode qui vous est présentée dans ce manuscrit.

**Le temps étant l'une des ressources les plus précieuses que vous ayez, je souhaite donc clarifier ce que la lecture de cet ouvrage peut vous apporter.**

Vous pourrez ainsi décider de poursuivre votre lecture, après avoir découvert les bénéfices que vous pourrez en retirer, pour votre développement et celui de votre entreprise.

**Ce livre est principalement écrit pour les entrepreneurs en devenir et les chefs d'entreprise** qui désirent développer une activité professionnelle qui leur correspond.

- **Si vous souhaitez développer un business qui fait sens et qui vous motive au quotidien.**
- **Si vous souhaitez contribuer à votre bonheur et celui de ceux que vous aimez.**
- **Si vous souhaitez créer de la valeur et rendre vos clients satisfaits et heureux.**
- **Si vous souhaitez améliorer vos résultats et ceux de votre entreprise.**

Alors ce livre est fait pour vous !

**Par ailleurs, si aujourd'hui vous ne vous sentez pas encore concerné par la création d'entreprise et le développement business**, je vous invite malgré tout à lire les 5 principes de vie pour être épanoui, heureux et libre<sup>5</sup>.

Vous pourrez ainsi transformer votre quotidien, obtenir des résultats concrets et vivre plus sereinement.

**Ce livre peut également s'adresser à vous si :**

- **Vous souhaitez développer une activité professionnelle qui vous permet de vous épanouir quotidiennement.**
- **Vous êtes un chef d'entreprise en quête de changement et que vous souhaitez redonner du sens à vos actions et un plus à vos résultats.**
- **Vous êtes formateur, coach, consultant, thérapeute, psychologue, RH ou manager et vous souhaitez ajouter une corde à votre arc avec la méthode Business Bonheur et sa boîte à outils.**
- **Vous accompagnez des porteurs de projets et vous souhaitez compléter votre accompagnement avec une méthode centrée sur l'humain.**

**Ce livre vous propose une introspection guidée afin de vous permettre de commencer seul ou avec une personne de confiance, le voyage vers votre business bonheur.**

Si vous ressentez le besoin ou l'envie d'approfondir votre réflexion, je vous invite à découvrir dès maintenant les ateliers et accompagnements proposés par l'académie Business Bonheur sur [www.businessbonheur.com/academie](http://www.businessbonheur.com/academie)

Vous pouvez également me contacter via le site Internet ou via LinkedIn<sup>6</sup> si vous avez des questions ou que vous rencontrez des freins.

**Pour finir, sachez que vous découvrirez plus de 20 témoignages et paroles d'expert qui vous permettront d'avoir un regard extérieur sur les concepts proposés par la méthode.**

---

5. Les 5 principes sont détaillés dans la partie 3 intitulée : ACTION.

6. Lien vers mon profil LinkedIn : <https://businessbonheur.com/linkedin>



## Une aventure en solo ou en duo !

**Que diriez-vous d'inviter une personne de confiance avec qui vous pourriez parcourir le livre et répondre aux questions en duo ?**

En effet, l'introspection guidée qui vous est proposée au fil des pages peut également être réalisée à plusieurs.

**La seule chose importante est que le partenaire avec qui vous partagez vos réponses respecte le cadre suivant :**

- **J'accepte d'écouter sans intervenir lorsque l'autre répond aux questions de vive voix.**
- **J'accepte d'être dans le non-jugement, envers moi-même et envers l'autre personne.**
- **J'accepte de garder la confidentialité des informations partagées par l'autre pendant les sessions de travail.**
- **J'accepte que l'autre dise NON et n'ait pas envie de partager certaines réponses.**

**Chaque personne participant à l'aventure doit accepter ce cadre afin que chacun puisse se sentir en confiance et en sécurité.**

Cela permet ainsi de réaliser une introspection profonde qui vous apportera des réponses puissantes qui peuvent tout changer !

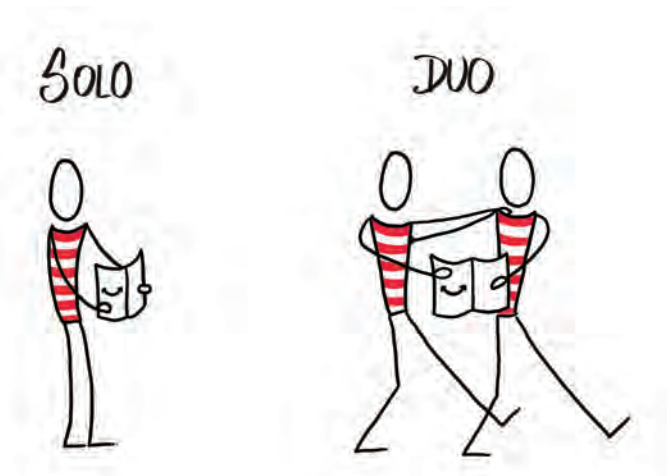
Pour finir, osez dire non lorsque cela ne vous convient pas. Vous êtes compagnons de voyage, et un compagnon saura accepter que vous lui disiez non !

**Listez le prénom de 5 personnes avec qui vous aimeriez partager cette aventure :**

**Il vous reste à les contacter le plus rapidement possible pour leur proposer de partager cette aventure avec vous.** Dès que vous avez trouvé votre partenaire, bloquez une date pour votre première session de travail dès maintenant.

***NOTE : si vous avez l'envie de continuer votre lecture, proposez à votre compagnon d'aventure d'investir dans un exemplaire du livre et lors des sessions échangez sur vos avancées respectives.***

***Cela vous permettra d'avancer chacun à votre rythme tout en profitant des bienfaits du travail en duo.***



**Téléchargez vos ressources imprimables  
pour travailler en duo sur :  
[www.businessbonheur.com/bonus-livre](http://www.businessbonheur.com/bonus-livre)**

# Trois étapes vers votre transformation

Il est temps de vous présenter les 3 grandes étapes de la méthode Business Bonheur :

Étape 1 : **VISION**

Étape 2 : **PLANIFICATION**

Étape 3 : **ACTION**

**Afin de faciliter votre introspection, ce livre a été divisé en 3 parties respectant ces 3 étapes.**



**Dans la partie 1, VISION,** vous allez pouvoir clarifier votre Objectif Principal de Vie et découvrir comment certains déclics peuvent changer votre quotidien !

**Dans la partie 2, PLANIFICATION,** vous découvrirez comment créer l'équilibre afin de vous épanouir à la fois en tant qu'individu mais aussi en tant qu'entrepreneur.

**Dans la partie 3, ACTION,** vous obtiendrez des pistes pour passer à l'action à l'aide de la méthode Business Bonheur et des outils associés.

**Vous découvrirez également :**

- **Les 2 piliers importants pour s'épanouir.**
- **Les 3 axes stratégiques pour améliorer votre business.**
- **Les 4 grandes questions pour créer votre business bonheur.**
- **Les 5 principes à appliquer au quotidien pour être heureux et libre.**

**Ainsi que plus de 20 témoignages et paroles d'experts pour vous aider à faire des liens avec le vécu d'autres personnes.**



## Quelques conseils pour utiliser au mieux ce livre

**Ce livre contient des espaces vides que vous êtes invité à remplir au fur et à mesure de votre lecture.**

En plus du livre, vous avez également accès à une série de bonus afin de faciliter vos avancées, **voici quelques explications pour maximiser vos résultats.**

**Tout d'abord, rendez-vous sur le site de la méthode pour télécharger les fiches-exercices imprimables :** [www.businessbonheur.com/bonus-livre](http://www.businessbonheur.com/bonus-livre)

L'idéal est d'imprimer ces fiches sur feuille A4 ou sur un plus grand format si vous souhaitez y travailler à plusieurs en l'affichant sur un mur par exemple.

**Ensuite, vous pouvez donc proposer à quelques personnes de confiance (collègues ou proches) de vous challenger dans votre réflexion.**

En effet, le travail en groupe permet de faire ressortir plus facilement des idées. Cependant, vous devez absolument vous assurer que les idées proposées VOUS correspondent !

En suivant les 3 étapes décrites dans ce livre, vous allez pouvoir remplir ces fiches au fur et à mesure.

Laissez-vous guider par ces pages ou rendez-vous sur le site pour participer à une web-conférence unique dans laquelle vous serez accompagné pas à pas : [www.businessbonheur.com/premiers-pas](http://www.businessbonheur.com/premiers-pas)

**Pour terminer, si vous le souhaitez, vous pouvez également investir dans le jeu de cartes coaching « En route vers mon Business Bonheur ».**

Celui-ci est spécialement conçu pour compléter les questions présentes dans le livre et vous aidera dans votre réflexion, à utiliser seul ou en groupe, pour vous ou avec vos clients : [www.businessbonheur.com/jeu](http://www.businessbonheur.com/jeu)



## Sans action, pas de résultat !

L'objectif principal de ce livre est de vous guider dans une introspection qui vous permettra d'aligner votre projet professionnel avec vos projets personnels, le tout afin que vous puissiez vivre la vie que vous méritez.

Cependant, sachez que sans action, pas de résultat !

**Pour atteindre votre Business Bonheur, vous devrez :**

- **Accepter de sortir de votre zone de confort.**
- **Vous autoriser à voir grand et sur le long terme.**
- **Passer à l'action en appliquant la méthode pas à pas.**

Étape par étape, vous serez guidé à l'aide d'une série de questions. Prenez le temps d'y répondre et mettez en application le plus rapidement possible les actions proposées.

Cette introspection vous permettra d'atteindre plus sûrement et plus aisément votre Objectif Principal de Vie, que vous allez pouvoir clarifier dans quelques lignes.





# Savourez cette expérience !

*NOTE : Ce livre se veut comme un guide vers votre Grand Objectif de Vie. Et parfois, la prise de recul est une action indispensable pour mieux avancer.*

*Il peut donc être judicieux d'arrêter votre lecture à certains moments et d'y revenir plus tard.*

**Si vous vous sentez bloqué par une question, lâchez prise, passez à autre chose** et comme le *Eureka* d'Archimède, les réponses vous viendront au moment où vous vous y attendez le moins !

**La seule chose importante est de bloquer une date à laquelle vous allez reprendre ce livre** et poursuivre votre lecture sans attendre d'avoir trouvé la réponse à la question qui vous bloque.