

Sommaire

Préface	11
Rejoignez l'académie	15
Présentation de l'illustrateur	16
Présentation de l'auteur.....	17
Introduction.....	19
De mon vécu à la naissance de la méthode.....	21
Ce livre est-il fait pour vous ?	25
Une aventure en solo ou en duo !.....	27
Trois étapes vers votre transformation	29
Quelques conseils pour utiliser au mieux ce livre.....	31
Sans action, pas de résultat !	33
Savourez cette expérience !	35
PARTIE 1 - VISION	37
Tout est une question d'objectif	39
Un déclic peut tout changer !.....	43
« Apprendre à m'écouter a été libérateur »	46
« Le jour où le corps dit stop ! ».....	48
Définissez votre voyage ABC.Z.....	51
Du déclic au passage à l'action	57
Tous les chefs d'entreprise ne sont pas heureux !	59
« Apprenez à écouter votre " vous intérieur "»	62
« Ces déclics qui ont tout changé pour moi »	64
Pourquoi vouloir devenir un entrepreneur épanoui ?	67
Pourquoi vouloir devenir un individu épanoui ?.....	69
Pour recréer l'équilibre, il faut penser à vous !	71

Entreprendre : une aventure humaine avant tout.....	73
« Peur d'entreprendre, comment réagir ? ».....	76
« Apprendre à écouter ses émotions »	78
PARTIE 2 - PLANIFICATION	83
Définir des stratégies qui vous correspondent	85
Quelle est la mission de votre entreprise ?	89
Pourquoi et comment définir sa mission de vie ?.....	93
« Le lien entre mission de vie et motivation »	96
« Soyez l'architecte de vos rêves »	99
Quelle valeur crée votre entreprise ?	101
Comment avez-vous envie de contribuer au monde ?.....	103
« Une expérience négative au service de mes clients »..	106
« Entreprendre, c'est surtout un état d'esprit ! »	107
Quels sont les besoins et contraintes de votre entreprise ?..	109
Définissez ce que vous voulez dans votre vie !.....	113
« Avoir un métier qui vous plaît ».....	116
« Vivre de sa créativité, c'est possible ! »	118
Quels sont les environnements gagnants pour votre business ?	121
Vos environnements définissent vos résultats !.....	125
Existe-t-il un équilibre entre votre entreprise et vous ?	129
« Se sentir utile, une clé pour s'épanouir ».....	130
« Transformer un rêve d'enfant en réalité »	132
À la rencontre de votre Business Model Émotionnel.....	135
POUR-QUOI ?.....	137
« Trouver sa mission de vie, son WHY »	144
QUOI ?	147
« Je ne vends pas un produit... j'offre mes valeurs au monde ! »	150
AVEC QUI ?.....	153
« Ensemble, on va plus loin et plus vite ! ».....	156
COMMENT ?	159
« 5 étapes pour se lancer ! »	162

PARTIE 3 - ACTION	167
3 axes : Valeur, enrichissement et état d'esprit	169
Axe 1 : Créez de la valeur pour contribuer et persévérer.....	171
Comment créer de la valeur pour vos clients ?	172
Comment créer de la valeur pour votre entourage ?	173
Comment créer de la valeur pour vous-même ?	174
« Adoptez le leadership conscient pour surmonter vos peurs et dépasser vos limites »	176
« Ce qui fait la différence, c'est vous »	178
Axe 2 : Développez votre business et vos revenus.....	181
Comment augmenter vos bénéfices ?	182
Comment créer une activité professionnelle agréable à vivre ?	184
Comment faire pour libérer du temps en tant qu'entrepreneur ?	187
« De l'aigle à la fourmi »	190
« (Re)prendre le contrôle »	192
Axe 3 : Adoptez un état d'esprit gagnant.....	195
Comment dépasser vos peurs et vos croyances ?	196
Comment améliorer votre confiance en vous ?	198
Comment rester focus et être responsable ?	199
Quels sont vos objectifs pour chacun de ces 3 axes ?.....	201
« Persévérer vers son rêve et enfin le réaliser »	202
Avant d'appliquer les 5 principes pour changer de vie	205
Principe 1 - Avoir une intention claire et positive	207
Principe 2 - Se créer des environnements gagnants.....	209
Principe 3 - Agir quotidiennement pour son projet.....	217
Principe 4 - Réaliser une introspection hebdomadaire.....	221
Principe 5 - Rester focus et être responsable	225
Pour obtenir des résultats, appliquez ces principes au quotidien.....	227
« Le posilandais : langue de la réussite ».....	228
« Assurer sa transition de salarié qui s'ennuie à entrepreneur épanoui »	232

« La prise de décision majeure : ne plus jamais renoncer à ses rêves, même utopiques ! ».....	234
« Les bénéfiques pratiques de la passion ».....	236
« Apprendre à écouter son corps et à se remettre en question »	238
Conclusion.....	245
Agir jour après jour	246
Pour aller plus loin	246
Les cartes sont entre vos mains	247
Bibliographie.....	249
Remerciement	253