

Agir

avec **Authenticité**



Le Guide pour utiliser la sagesse de ton corps pour agir pour le bien de tous, toutes et tout...ou presque.

yann@eko-accompagnement.fr

Un·e entrepreneur·e authentique se manifeste par sa capacité à intégrer les besoins économiques, sociaux et environnementaux, favorisant ainsi un équilibre durable et le bien-être collectif.

Comment entreprendre de manière authentique dans un monde en perpétuel changement, où défis et incertitudes règnent en maîtres ? Ton corps détient la clé pour naviguer avec confiance et dynamisme à travers ces défis et entreprendre en accord avec tes valeurs.

Bien plus qu'un simple véhicule ou une esthétique, ton corps est un canal puissant qui transforme tes émotions et la complexité du monde en un pouvoir d'agir inégalé... même si tu es hypersensible. Imagine-le comme ton mentor personnel en leadership authentique, guidant tes pas avec précision et éthique.

Ce livre t'invite à embrasser cette transformation profonde. En écoutant et en honorant tes ressentis, tu deviendras un·e leader plus inclusive, précise et alignée. Tu apprendras à transformer la complexité en opportunités, à rayonner d'une joie authentique et à agir de manière juste et éthique.

L'auteur, coach professionnel certifié, accompagne des entrepreneurs et créateurs de projets de l'ESS depuis 15 ans. Il partage des réflexions inspirantes, des techniques éprouvées et des histoires personnelles touchantes. Il te guide avec passion, sincérité et humilité.

Prêt pour un voyage transformationnel vers un leadership authentique, inspirant et influent ?

Plonge dans ces pages et transforme chaque situation en opportunité d'impacter positivement ton environnement et développer du sens dans ta vie.

Sommaire

L'essence de ce guide : pourquoi vous devez absolument le lire ?	4
Pour qui ? Identifiez-vous et découvrez votre chemin vers le succès	4
Ce que vous trouverez dans ce guide :	5
Ce guide n'est pas pour :	5
Ce guide est pour :	5
L'Inspiration Derrière ce Guide	5
Une passion pour impacter positivement	5
Le leadership en question	6
Se reconnecter à Soi	6
Se reconnecter avec le vivant libère notre potentiel	7
Rire ou réalité ? Démystifier les idées reçues	7
Les Formations Structurantes de Fabien Roussel, Kishori Aird et Otto Scharmer	8
Une mise en pratique qui a fait ses preuves	8
Ma vocation désormais	8
Les 3 Dimensions du Succès	9
Un récit pour renforcer vos relations	9
Penser système	9
Elargir la notion d'efficacité	10
De la consommation à la régénération	10
Une Méthode pragmatique pour manifester ses intentions	11
L'écoute comme levier de transformation	11
Mettez l'accent sur ce qui compte vraiment	12
Le point de présence : Le secret pour maximiser notre impact	13
Accueillir les feedbacks	14
Manifester nos idées	14
Instant après instant	15
Un concept : la puissance de la souveraineté	15
Créons à partir de qui nous sommes de manière unique	15
Au-delà des illusions	15
Changer de paradigme	16
Le voyage intérieur	16
Le coaching par le corps : un soutien sur mesure pour votre évolution	16
Programme spécial : manifestez votre activité professionnelle essentielle !	17
Remerciements	17
Crédits et mentions	17

L'essence de ce guide : pourquoi tu dois absolument le lire ?

Imagine un monde où chaque sourire est sincère, chaque interaction enrichissante. Chaque visite te transforme, éveillant ta conscience et renforçant ton engagement envers un monde meilleur. Ce guide est ton billet pour cette destination: ton Soi.

Ce n'est pas un simple voyage de détente. Il t'invite à l'action, à l'engagement profond. Il t'invite à agir, à restaurer le lien avec la nature, à promouvoir l'équité sociale et à redonner du sens à ta vie professionnelle et personnelle.

Pourquoi ce guide ? Pour te guider dans cette exploration personnelle et t'équiper des outils nécessaires pour un voyage réussi. Tu ressentiras quand il sera temps pour toi de le commencer, dès maintenant pour certains, dans quelques mois pour d'autres.

Votre Coach Personnel : Moi-même, ayant déjà parcouru ce chemin, je t'accompagne avec passion, sincérité et humilité. À la fin de cette lecture, il m'importe que tu aies toutes les clés pour décider de partir seul ou accompagné.

Participez et Partagez : Ce guide est interactif. Des emplacements prévus à cet effet te permettront de noter tes découvertes, tes questions. Envoies-moi tes réflexions par mail à yann@eko-accompagnement.fr. Tes retours enrichiront ce guide pour le bénéfice de tous.

Un Voyage sans Frontières : La meilleure période pour commencer ? Maintenant ! Tu n'as besoin d'aucun visa, les frontières sont ouvertes. Ce guide est ton premier pas vers une transformation profonde du monde autour de toi.

Alors, es-tu prêt pour ce voyage inoubliable ? Bienvenue dans cette aventure vers le plus beau voyage qui soit !

Pour qui ? Identifie-toi et découvre ton chemin vers le succès

Ce guide est pour celles et ceux qui cherchent à donner plus de sens à leur vie et sont prêts à passer à l'action. Que tu souhaites créer une nouvelle entreprise axée sur des valeurs écologiques, sociales ou spirituelles, réinventer ton organisation ou simplement satisfaire une curiosité intérieure, ce guide est fait pour toi.

Note que j'ai choisis d'utiliser le masculin comme pronom général, que la lectrice ou le lecteur qui aurait souhaité une écriture plus inclusive me pardonne ce choix. Je soutiens toute forme d'égalité entre les êtres humains.

Ce que vous trouverez dans ce guide :

- Un récit pour co-créeer votre vie et votre environnement avec les autres.
- Un concept pour transformer votre sensibilité en action concrète.
- Une méthode pour agir avec joie face à la morosité, au fatalisme et au cynisme actuels.

Ce guide n'est pas pour :

- Celles et ceux en quête d'une solution miracle pour s'enrichir rapidement ou automatiser leur travail à l'excès.
- Celles et ceux cherchant des secrets spirituels pour résoudre leurs maux (ou ceux du monde) sans effort.

Ce guide est pour :

- Celles et ceux qui ont déjà exploré diverses méthodes et techniques (thérapeutiques, coaching, méditation, gouvernance partagée, leadership,...) sans succès pleinement satisfaisant.
- Celles et ceux qui agissent déjà, que ce soit par des activités bénévoles ou professionnelles et qui ressentent le besoin au fond d'eux de mieux contribuer.

Si vous vous retrouvez dans cette description, ce guide est votre prochaine étape vers une vie plus épanouissante et engagée.

L'Inspiration Derrière ce Guide

Une passion pour impacter positivement

Dès l'enfance, je rêvais d'un monde vibrant et solidaire. Lors de mon choix d'études, j'ai opté pour une formation d'ingénieur, inspiré par mon père qui voyait cette voie comme un tremplin vers des postes de management. Je me suis donc engagé dans cette direction, avec l'ambition de mettre ma compétence technique au service d'organisations humaines plus créatives et vivantes.

Le leadership en question

En tant qu'ingénieur et manager dans une usine leader de la microélectronique européenne, j'ai contribué avec 2000 des meilleurs ingénieurs à produire les puces pour les technologies de demain, des ordinateurs portables aux gadgets innovants. Malgré une précision d'horloger et des processus rigoureux pour tout planifier, l'imprévu surgissait souvent, défiant notre contrôle et menaçant l'existence même de l'usine.

Se reconnecter à Soi

Adolescent, j'étais fasciné par l'Australie, achetant un guide de voyage à l'âge de 15 ans. Douze ans plus tard, après avoir quitté mon job d'ingénieur, je débarquais enfin sur ces terres lointaines. Initialement venu pour le surf et la vie urbaine, je me suis rapidement lassé. Sur une suggestion, j'ai découvert la méditation Vipassana lors d'un stage près de Sydney. Une révélation qui m'a ouvert à l'observation profonde de l'interaction entre corps et esprit.

La méditation Vipassana

Vipassana signifie voir les choses telles qu'elles sont réellement. Elle est l'une des plus anciennes techniques de méditation de l'Inde. Elle a été redécouverte par Gotama le Bouddha il y a plus de 2500 ans et était enseignée par lui en tant que remède universel pour des maux universels ; c'est un [Art de vivre](#). Cette technique non-sectaire a pour objectif l'éradication totale des impuretés mentales et le bonheur de la libération qui en résulte.

Vipassana est une méthode de transformation de soi par l'observation de soi. Elle se concentre sur l'interconnexion profonde entre l'esprit et le corps dont on peut faire l'expérience directement en portant une attention disciplinée aux sensations physiques qui constituent la vie du corps et qui sont en interaction constante et conditionnent la vie de l'esprit. C'est ce voyage d'exploration de soi, fondé sur l'observation, pour atteindre la racine commune de l'esprit et du corps, qui dissout les impuretés mentales et résulte en un esprit équilibré plein d'amour et de compassion.

Les lois scientifiques qui guident nos pensées, nos sentiments, nos jugements et nos sensations deviennent claires. Par l'expérience directe, nous comprenons la nature selon laquelle nous progressons ou régressons, la façon dont nous produisons de la souffrance ou la manière de s'en libérer. La vie se caractérise alors par une conscience augmentée, l'absence d'illusions, le contrôle de soi et la paix. ¹

Se reconnecter avec le vivant libère notre potentiel

Avec la découverte de la méditation Vipassana, loin des Occidentaux, c'est la culture des aborigènes, vivant en symbiose avec le désert depuis 60 000 ans, qui m'a captivé. Leur organisation sociale, riche et complexe, met en valeur les talents individuels pour le bien de la tribu. Ils accordent une importance cruciale aux détails, comme le "plan de table" d'une réunion. Une rencontre avec un aborigène a changé ma vie : il m'a enseigné que **le vivant est visible à l'extérieur et ressenti à l'intérieur**. Les aborigènes apprenaient dès l'enfance à ressentir en eux leur territoire, leur communauté. A l'opposé, notre culture occidentale nous a enseigné à nous déconnecter de notre corps, surtout lorsqu'il est confronté à des situations inconfortables, et ce depuis notre enfance.

Rire ou réalité ? Démystifier les idées reçues

Profitant de quelques sous mis de côté, je suis devenu artiste de rue, un clown français romantique en quête de son âme sœur parmi le public. Avec humour et charme à la française, je créais des rendez-vous galants improvisés, sollicitant l'aide des enfants pour trouver "l'élue". Le public jouait le jeu, influençant parfois un "OUI !" si ce n'est enthousiaste, rieur !

Cette aventure m'a appris à embrasser l'inattendu, à intégrer chaque surprise dans mon spectacle. Être artiste de rue, c'est être connecté au moment présent et créer avec ce qui émerge : tout est opportunité de créer du rire, du bonheur. Il s'agit d'être suffisamment agile intérieurement pour se laisser guider par cette émergence et faire confiance que quoi qu'il advienne, cela pourra faire sens, comme si une intelligence plus grande que moi s'exprimait à travers moi.

¹ <https://www.dhamma.org/fr/index>

Ce que je chérissais le plus ? Transformer un banal espace public en scène joyeuse et éphémère, où rires et émotions étaient partagés. Et juste après mon show, la rue redevenait un terrain vierge, prête pour de nouvelles surprises.

Les Formations Structurantes de Fabien Roussel, Kishori Aird et Otto Scharmer

De retour en France, après une brève expérience en tant qu'acteur, j'ai cherché un sens plus profond dans mon travail. Je me suis formé au coaching par l'école fondatrice de l'ICF², la plus grande association de coachs au monde. J'ai été guidé par des mentors inspirants comme Fabien Roussel et Kishori Aird, une thérapeute québécoise innovante. Ils m'ont appris à me relier consciemment à cette intelligence qui me dépasse. Grâce à eux, plus besoin de faire le clown dans la rue pour vivre un leadership éthique. J'ai également exploré la théorie U d'Otto Scharmer, qui m'a aidé à formuler ces concepts et apprendre des outils pour les équipes et les grands groupes.

Les enseignements de Kishori Aird, Fabien Roussel et Otto Scharmer ont enrichi mes expériences australiennes en me dotant de concepts et d'outils pour partager cette reliance³ à ce que j'appelle mon Soi, ce que je suis de manière intime et profond.

Une mise en pratique qui a fait ses preuves

Grâce à cette reliance avec une intelligence qui me dépasse, j'améliore mes décisions en étant plus inclusif et créatif. Cette pratique n'est pas un événement ponctuel ni le fruit du hasard, c'est une discipline de revenir constamment à Soi pour exprimer le meilleur potentiel de chaque situation. Entre 2013 et 2022, j'ai contribué à plusieurs projets collectifs : j'ai participé à l'instauration de la démocratie à La Louve, un supermarché coopératif et participatif, à la création de l'École Démocratique de Paris et coordonné l'université de l'association Colibris. En six ans, j'ai conçu 23 formations en ligne, dont 8 MOOCs rejoints par 180 000 participants qui ont créé environ 3 000 projets. Malgré la complexité de la gestion sans hiérarchie de partenaires très occupés, j'ai appris à transposer mes compétences de "leadership de rue" à la gestion de projet, comme l'a souligné le directeur financier de Colibris : "Il sait toujours comment s'y prendre et ça fonctionne à chaque fois mais je ne sais pas comment il fait !"

² ICF : International Coaching Federation <https://www.coachfederation.fr/>

³ Reliance: **Acte de relier, de créer des liens entre des personnes ou des systèmes.** état de ce qui est relié, connecté. (source wiktionnaire)

Ma vocation désormais

J'ai commencé à accompagner entrepreneurs, équipes projet, associations et coopératives avec une conviction forte :

Un projet n'échoue pas à cause de sa complexité,

Un projet n'échoue pas faute de financement,

Un projet n'échoue pas à cause de conflits humains.

Ces obstacles ne sont que des symptômes et peuvent être dépassés.

Un projet échoue lorsque ses créateurs et créatrices ne puisent pas dans leur source de créativité la plus profonde.

Pour réussir un projet, il faut donc changer notre manière habituelle de penser et revenir à notre source de créativité essentielle.

Les 3 Dimensions du Succès

Un récit, une méthode et un concept.

Un récit pour renforcer vos relations

Penser système

En 6 ans dans l'association Colibris, confrontés aux défis et aux crises mondiales, nous avons tous des opinions sur la marche à suivre. Mais nos divergences ont créé des tensions, menant à une vague de démissions en 2018. Alors que la moitié de l'équipe partait, la direction reconsidérerait sa position.

Une pause introspective de 3 jours avec les membres clés de l'association nous a permis de prendre du recul ensemble, de constater à quel point nous avons créé des résultats collectivement que personne ne souhaitait individuellement⁴. Cette prise de

⁴ j'emprunte cette formule à Otto Scharmer.

recul de notre système qui se regardait lui-même nous a permis de poser un constat partagé, réorienter notre stratégie et tracer des étapes claires pour relancer Colibris.

Cette crise est courante dans les organisations. Souvent, elle est ignorée ou mal gérée, menant à des tensions internes, des burn-outs ou des solutions superficielles qui ne traitent que les symptômes, pas les causes profondes.

Elargir la notion d'efficacité

Pour résoudre les problèmes à la source, il faut cibler les leviers impactants : les petits changements qui peuvent entraîner de grandes transformations. Le levier le plus radical pour modifier nos systèmes complexes actuels est de dépasser les paradigmes qui ont amené à la création de ces systèmes⁵. Cela signifie remettre en cause nos idées, croyances et convictions individuelles et collectives pour se reconnecter à notre créativité essentielle et à cette intelligence plus grande que nous qui oeuvre pour nous.

Elle permet de trouver des solutions à des paradoxes auparavant insolubles, comme l'équilibre entre rentabilité économique à court terme d'une entreprise et durabilité environnementale à long terme. Ou encore concilier l'aspiration à gagner sa vie en tant qu'indépendant avec la volonté d'aider tout le monde gratuitement.

Passer d'une vision égocentrée à cette vision de l'ensemble permet de se relier à notre créativité essentielle et à l'émergence de l'action ajustée pour le bien commun.

De la consommation à la régénération

Aujourd'hui, une vision égocentrée domine notre société, conduisant à une production destructrice pour l'écosystème. En agriculture, les coopératives agro-industrielles axées sur le profit épuisent les sols, exploitent les agriculteurs et nuisent à la santé des consommateurs. Une agriculture régénératrice, respectueuse des sols et des personnes, est possible.

En éducation, il est temps de dépasser l'approche élitiste axée sur des compétences spécifiques techniques pour adopter une pédagogie holistique qui prend en compte

⁵ Donella Meadows 1994 et Otto Scharmer, 2023

les besoins émotionnels, sociaux, éthiques et académiques des apprenants. Cela inclut le développement des intelligences intellectuelles, émotionnelles et corporelles, ainsi que des compétences en communication, coopération et systémie.

Le modèle actuel de production, extraction et consommation n'est pas inévitable⁶. En adoptant une perspective écosystémique, nous pouvons cesser d'être le problème et devenir une partie de la solution, contribuant ainsi à la régénération de notre écosystème, chacun à notre niveau.

Une Méthode pragmatique pour manifester ses intentions

L'écoute comme levier de transformation

Pour adopter cette méthode, une condition nécessaire consiste à changer sa façon d'écouter et adopter une écoute générative. Bonne nouvelle : tu as cette capacité. Cette compétence s'acquiert rapidement et s'affine avec la pratique. Elle permet d'écouter simultanément les interactions externes, comme les mouvements des personnes ou les systèmes et tes propres émotions et ressentis internes, qu'ils soient liés ou non aux événements externes.

⁶ j'emprunte cette formule de notre modèle de société à Michel Maxime Egger, Tylie Grosjean et Elie Watelet, auteurs de "Reliance, manuel de transition intérieure" éd. Actes Sud.

niveau d'écoute	attitude	description	ouverture
automatique	je suis en mode pilotage automatique	je n'écoute pas vraiment, j'entends ce que je sais déjà, je hoche la tête mécaniquement	
factuel	je suis en mode détective	je cherche les informations factuelles différentes de ce que je connais déjà qui les complètent ou qui les contredisent	esprit ouvert
empathique	j'écoute la situation depuis le point de vue de l'autre	je cherche à voir la situation depuis la place de l'autre, j'écoute au delà des mots : le ton de la voix, les gestes, la position et les mouvements du corps	coeur ouvert
génératif	j'écoute l'ensemble du système, moi inclu·e, et au-delà, je suis dans le "flow" ⁷	je me sens connecté à quelque chose de plus grand que moi/nous, qui permet de créer de nouvelles possibilités qu'aucune des parties n'avait eues à l'esprit en entrant dans la conversation, ni même s'attendait à voir émerger !	volonté ouverte

Mettez l'accent sur ce qui compte vraiment

Pour réussir, il ne suffit pas seulement de changer notre écoute, mais aussi de définir une intention claire. Lorsque tu agis avec intention et utilises l'écoute générative, ta présence se déploie et renforce ta capacité à réaliser tes aspirations.

Au lieu de se fixer uniquement des objectifs quantitatifs, comme augmenter les ventes ou gagner des parts de marché, identifie l'intention derrière ces objectifs. Qu'est-ce qui te motive réellement ? Est-ce la liberté, la créativité, l'épanouissement, l'équité, la régénération des éléments naturels, ... ?

⁷ en français être dans la zone, ou vivre une expérience optimale, est un état mental atteint par une personne lorsqu'elle est complètement plongée dans une activité et qu'elle se trouve dans un état maximal de [concentration](#), de plein engagement et de satisfaction dans son accomplissement.

Ton intention devrait viser l'état que tu désires, comme la sécurité financière ou le bien-être, plutôt que sa forme précise, comme un chiffre d'affaires spécifique. En te concentrant sur l'état souhaité, tu laisses la vie trouver la meilleure manière de concrétiser ton intention, souvent de façon surprenante et créative.

Par exemple, au lieu de vouloir que chaque client achète ton nouveau produit innovant, pose plutôt l'intention que ton entreprise soit financièrement viable. En adoptant cette intention et une écoute générative, tu t'autorises à rester ouvert aux opportunités qui se présentent souvent d'elles-mêmes.

Le coaching que je propose t'aide à affiner tes intentions et à développer une écoute générative, te guidant vers des succès alignés avec tes aspirations profondes. Transforme ton approche et découvre la puissance de l'intention et de l'écoute générative pour réussir tes projets.

Le point de présence : Le secret pour maximiser ton impact

L'écoute générative t'invite à élargir la vision du système auquel tu contribues afin qu'elle devienne globale et inclut ta propre place et fonctionnement au sein de celui-ci. Tu deviens un acteur plus engagé : il t'invite à aller sur le terrain pour t'impliquer directement au lieu de simplement baser mes décisions sur une étude théorique par exemple. Cela peut être pour cibler des clients potentiels, la rencontre avec des potentiels clients te permettra de mieux répondre à leurs besoins et offrir un produit plus adapté. Pour un territoire, le fait d'aller rencontrer les acteurs du territoire crée du lien et permet de réfléchir avec eux,...

Nos ressentis corporels nous guident dans l'atteinte du **point de présence**, qui est un **état interne de coexistence dynamique de tout ce qui est "tel quel"**: les croyances, émotions et ressentis coexistent sans qu'aucun ne soit privilégié. Ce point de présence permet d'avoir un ressenti global de la complexité d'une situation : les circonstances externes, comme les contraintes budgétaires, temporelles, et les croyances et opinions internes, qui reflètent notamment notre culture et nos valeurs.

Ce processus de guidance par les ressentis corporels jusqu'au point de présence suit trois étapes simples :

1. Suspends tes jugements et idées préconçues.
2. Redirige ton attention vers la complexité de la situation, explore différents points de vue avec curiosité et ressens-les dans ton corps.
3. Laisse aller les pensées et ressentis, sans rester sur un en particulier.

En répétant ces étapes, tu développes une vision plus large de la situation jusqu'à une vision globale, dite vision holistique ou écosystémique.

C'est une approche inclusive pour provoquer des changements radicaux, qui te permet d'innover à partir de ce qui émerge du système plutôt que de ce qui tu imaginais depuis ton seul point de vue.

Accueillir les feedbacks

Ce voyage vers le point de présence transforme ta vision du monde et le monde lui-même. Après avoir posé ton intention, il s'agit de te laisser guider et accueillir tout ce qui est avec confiance, y compris les doutes et les peurs.

Imagine que le monde conspire pour réaliser ton intention :

- Extérieurement, le chemin peut sembler s'éloigner de ton intention, les résultats ne pas venir, c'est souvent une illusion, le dernier moment avant la réussite.
- Intérieurement, accueille émotions et jugements sans t'y attacher. Ce sont des données pour atteindre ton intention, aussi désagréables ou intenses les émotions puissent-elles être.

En période d'inconfort, tu peux avoir tendance à te dissocier de ton corps, un mécanisme de fuite appris dès l'enfance. Pour manifester tes intentions, accueille ce qui est "tel quel" sans chercher à le changer. Suspends tes réactions habituelles et reste pleinement présent à tes ressentis corporels agréables ou désagréables.

Agir avec justesse

En intégrant pleinement tout ce qui est, le point de présence te permet de transcender les croyances individuelles ou collectives pour créer à partir d'un état de pleine conscience. En embrassant la totalité des données disponibles, tu peux générer la solution la plus éthique et inclusive, prenant en compte toutes les parties impliquées : toi-même, les autres, le système dans son ensemble et même au-delà. C'est ainsi que tu libères le potentiel le plus élevé pour la situation ou le projet, en agissant avec la plus grande justesse envers tout.

Instant après instant

Pour manifester le plus haut potentiel d'une situation, tu dois être constamment conscient de l'effet de tes actions sur le système et de tes propres ressentis corporels qui sont la manifestation du système en toi. C'est en restant présent à ce qui est que tu peux pleinement déployer ton intention. Dans chaque situation, revenir au point de présence optimise ton leadership et ton impact.

Un concept : la puissance de la souveraineté

Crée à partir de qui tu es de manière unique

Au cœur de chaque réalisation réside l'intention que tu insuffles et qui s'exprime à travers toi. Le concept du point de présence libère ta créativité authentique et profonde. En tant qu'être souverain, tu décides de ta réalité et du monde dans lequel tu veux évoluer. Il est crucial de comprendre comment le faire en s'alignant avec ce que tu es de manière unique, tout en co-crédant avec les autres. Mon rôle ? Te guider dans cette aventure transformative !

Au-delà des illusions

Manifester tes intentions ne relève pas de la magie ! Au siècle dernier, un best-seller new-age, "Le pouvoir de l'intention", promettait que croire suffisamment fort rendrait nos désirs réalité. J'ai testé : viser la richesse plutôt qu'un job ou que la plus belle fille du lycée tombe amoureuse de moi. Plus je me focalisais sur Sophie (par considération pour mes anciennes copines de lycée, ce prénom est fictif ;-)), moins ça marchait..

Tes intentions se concrétisent, mais rarement comme tu l'imagines à priori, mais toujours en accord avec ton état d'être. "Je veux que Sophie m'aime" se focalise sur la forme, "Je veux une relation intime épanouissante" se focalise sur ton état d'être et laisse place à l'adaptabilité du système.

En visant confort financier et épanouissement pro, ton environnement s'aligne et guide tes intuitions pour réaliser tes intentions. Plus rien à voir avec la pensée magique de la fin du siècle dernier !

Changer de paradigme

Il s'agit de changer ta perspective, de dépasser le seul regard tourné vers l'extérieur pour écouter également tes ressentis intérieurs. Agir à partir de tes intentions exige cette écoute générative profonde, écosystémique : écouter ton cœur et ton corps avec simplicité et humilité. Avec le temps, la confiance en tes ressentis s'affirme, libérant ainsi le potentiel de créativité de l'être. Tu crées alors du neuf, captant le potentiel futur plutôt que reproduisant le passé. Accueillir et manifester la plus haute potentialité d'une situation est une liberté, une vraie joie ! C'est également une sacré responsabilité !

Le voyage intérieur

Ton corps est l'instrument parfait pour cela. Utilise-le non seulement pour bouger ou comme véhicule d'esthétisme et comme le récepteur de tes ressentis, guidant ton action. Ressentir te rend plus précis, inclusif et authentique dans tes actions. Le corps surpasse le mental en subtilité. Face à la complexité, il te guide vers la joie, signe d'une action juste. Cette joie n'est pas superficielle mais profonde, incarnant ta véritable unicité au service du monde.

Le coaching par le corps : un soutien sur mesure pour ton évolution

Découvre le voyage intérieur que tu as déjà entamé en ouvrant ce livre ! Naviguer à travers les défis et l'incertitude peut être challengeant. Mais avec un guide expérimenté prêt à t'accompagner, la complexité peut être simple. C'est comme avoir un guide touristique dynamique dans un pays étranger où tout est possible!

Avec mon coaching, tu ne te contentes pas de progresser, tu rayannes ! Je t'offre une combinaison de bienveillance, d'authenticité et de professionnalisme qui transforme ton potentiel en réalité concrète. Ose saisir des opportunités insoupçonnées, prends des décisions audacieuses avec une confiance qui te surprendra ainsi que ton entourage, et épanouis-toi professionnellement comme jamais auparavant. Si tu ne le fais pas encore pour toi, fais le pour tes futurs clients et l'impact dont le monde autour de toi a besoin.

Ton voyage ne fait que commencer ! Contacte-moi pour prendre rendez-vous pour ta première séance vers ton plus haut potentiel.

Tu cherches à redéfinir ton activité professionnelle de manière essentielle ? Apprends à exploiter l'intelligence intuitive de ton corps pour dynamiser tes projets, élaborer une stratégie d'entreprise percutante et booster son développement. Transforme la complexité en opportunités de croissance !

Programme spécial : manifeste ton activité professionnelle essentielle !

Si tu es en début de création d'activité ou hésite encore à te lancer dans l'aventure de l'entrepreneuriat, n'attends plus pour embrasser ta véritable vocation et transformer ta carrière. Dans un monde bientôt dominé par l'IA et l'automatisation, exercer une activité professionnelle de manière unique et authentique est non seulement gratifiant, mais essentiel ! Et le plus enthousiasmant ? Cette activité essentielle et vivrière t'attend déjà. Il te suffit d'activer l'intelligence intuitive de ton corps pour t'y relier.

Rejoins le programme "Entreprendre grâce à ma sensibilité !" et partage cette aventure avec d'autres pour te propulser vers la vie que tu mérites.

Remerciements

Suzanne Chatard, Orel Salazar, Michel Le Beguec pour leur relecture et retours précieux des différentes versions.

Ma chère et tendre épouse pour son écoute patiente et son soutien au quotidien.

Murielle Le Beguec pour avoir mis son talent en orthographe et en syntaxe au service de ce livre.