

# CHALLENGE NOUVEAU DEPART



AVANT

FLOU

FAIBLE NRJ/MOTIVATION

EMOTIONS ⊖

BLOCAGES  
(peurs...)

Sentiment de  
STAGNATION

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5
Process de CLARIFICATION				
Process de MOTIVATION				
Process de GENERATION d'EMOTIONS ⊕				
Process de LIBERATION				
Process d'ORGANISATION HP				

APRES

CLARTÉ

GROSSE NRJ/MOTIVATION

EMOTIONS ⊕

LIBERTÉ  
(d'avancer)

Sentiment  
de PROGRESSION

# PROCESS de CLARIFICATION



## PROJET de VIE 12D

### CONNAISSANCE de SOI

- Qualité
- Talents
- Valeurs
- Mission de Vie
- ...

- Santé
- Mentel
- Emotiv
- Spiritualité
- Personnalité
- Temp - Vie
- Vie ♥
- Vie Parentale
- Famille & Amis
- Vie PRO
- Finances
- Style de Vie

3 DV PRIORITAIRES:



de: ↗ AMBITION

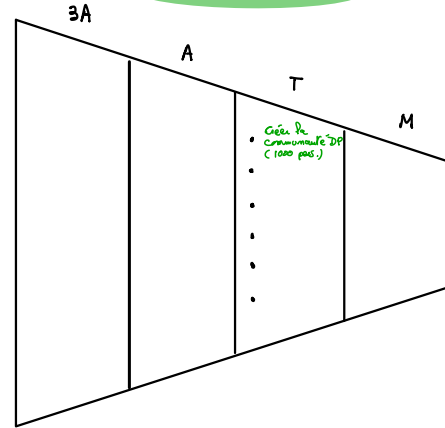
- "si j'étais sûr de réussir, qu'est-ce que je ferais?"
- "si tout était possible, qu'est-ce que je voudrais?"

### Règles

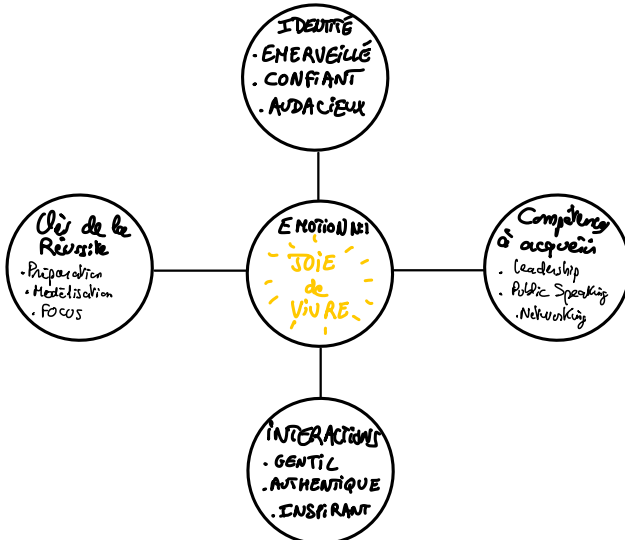
- Je ...
- Pas de négation
- Présent
- Etre super bien

1h

## GPS



## CARTE D'IDENTITÉ



## MES PROJETS & LES 5 CHUNKS

Crée la communauté des fans de DIEU PROSO (avec 1000 membres)

PROJET 1	PROJET 2	PROJET 3

- Pour moi:
- Pour les autres:
- Pour le monde:

# AMBIITION / VISION de DAVID VIE PRO

Si j'étais SÛR  
de REUSSIR, je ...

- Répandrai le message
- qu'être en vie est une chance
- que le but de la vie est de Kiffer, aimer, évoluer
- que le DEV PESSO est la clé d'1 vie heureuse

Rassemblerai tous les français  
qui sont dans l'attente de Dev Pesso  
dans 1 communauté de PHANTASIES,  
d'ENTRAIDE, de SOUTIEN, de MONTÉES  
en PUISSANCE structurées

jusqu'à 3 millions  
de Français pour créer  
la masse critique qui  
fait basculer tout le  
monde

je lancerai des  
projets collaboratifs

Liens

Abonnements

Festival Mondial du Dev Pesso

Séminaires

Musique / Clips

je créerai des services  
pour tous ceux qui veulent  
impacter positivement la France  
à grande échelle

Mastermind

Coaching HP

Je lancerai 1 défi  
national pour que la FRANCE  
devenne le pays N°1 du  
WORLD HAPPINESS INDEX

en mobilisant des influenceurs,  
des célébrités ...

Avec des événements  
à forte visibilité

# PROCESS de GENERATION d'EMOTIONS ⊕

## ORIGINES & NATURE des EMOTIONS

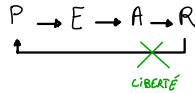
Fréquence (Hz)

700

20

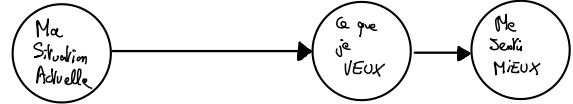
22 émotions

1. Joie, savoir, maîtrise personnelle, liberté, amour et appréciation
2. Passion
3. Enthousiasme, empressément et bonheur
4. Attente positive et confiance
5. Optimisme
6. Espoir
7. Contentement
8. Ennui
9. Pessimisme
10. Frustration, irritation et impatience
11. Accablement
12. Déception
13. Doule
14. Souci
15. Blâme
16. Découragement
17. Colère
18. Vengeance
19. Haine et rage
20. Jalousie
21. Insécurité, culpabilité et indignité
22. Peur, chagrin, dépression, désespoir et impuissance



"Comment ça pourrait me sentir un peu mieux?"

## PRISES de CONSCIENCE



- Rien m'est plus important que se sentir bien
- J'ai le contrôle sur comment je me sens
- C'est facile de se sentir bien
- Je n'ai pas besoin de raison pour me sentir bien
- Je peux me sentir d'av 95% de mon temps

## LES 2 JAMBES de la JOIE de VIVRE

JOIE de VIVRE



projeter  
+ système d'organisation HP

Listes

- Personnes
- Objets
- Mon corps
- Lieux & Époque

## LES 4 FOCUS

LIBERTÉ

EXPANSION

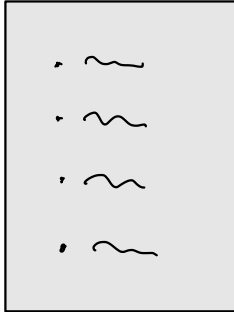
DEV  
PERSO  
CO

KIFF

# PROCESS d'ORGANISATION HP

GENERATEUR de PROGRES RAPIDES

## STOP-LIST



- Notifications sur votre ordi
- Pas d'emails / RS avant 10h
- Emails 2x / jour MAX
- Personnes toxiques
- Projets

5'

## GROSSES PIERRES



N°1

RDV  
avec soi

1/semaine

1-2h



N°2

Soirée  
en P

1/semaine

2-4h



N°3

Temps de  
Qualité  
avec les  
enfants



N°4

SPORT

## SEMAINE TYPE

### MON HEURE de GLOIRE

- Activités - Bien-être - Vieilles  
- Respiration consciente - M.S - M.S  
- Etude - Power9 - Boire

1/3 1/3 1/3  
Physique Mental Emotionnel

Versions : 5' 15' 45' 1h15  
Min Guide Manière Totalement

## LE SYSTEME HP

### PLANIFICATEUR de JOURNÉE

**PRIORITES de la SEMAINE**

Quelle est l'activité que vous souhaitez réaliser pendant la semaine à venir ?

PROG

**AUJOURD'HUI**

**PERSONNES A CONTACTER ou A RELANCER**

**PRIORITES du JOUR**

Quelle est votre priorité absolue pour aujourd'hui ?

PROG

**Actions Années D'ici le Jour**  
(à repenser dans un autre contexte horaire si possible)

**ACTIONS ANNEES**

(à noter de temps)

### BLOC HORAIRES

### PAUSES REGENERATRICES

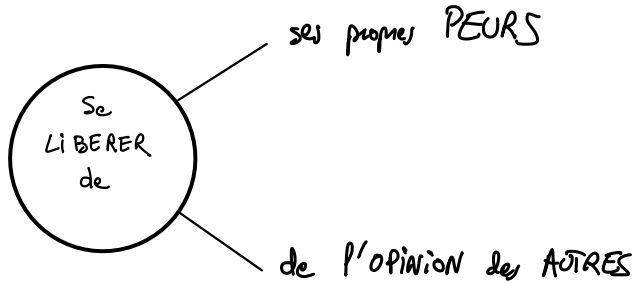
10-15' 1-5'

### JOURNAL

- SdJ
- MM
- CQJA
- CQJPA

# PROCESS de LIBERATION

## LES 2 TYPES de PEURS



## LA BASCULE

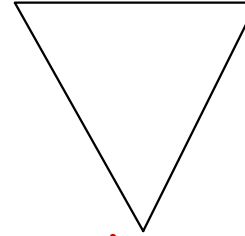
Inverser le triangle

PERSECUTEUR

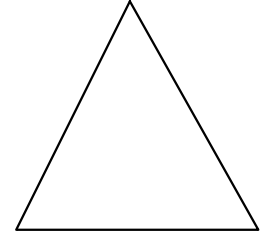
SAUVEUR

CREATEUR

"je suis la prison  
créateur de ma  
vie!"



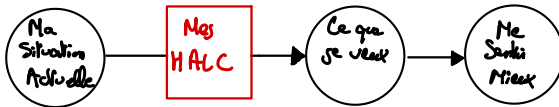
VICTIME



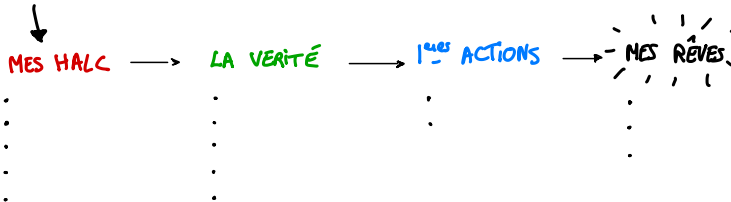
CHALLENGER

COACH

## MES HALC



MOI MAINTENANT



Je pense que je n'ai pas  
ce que je veux parce que ...

## AGIR MALGRÉ LA PEUR



Clé N°1

La PHYSIOLOGIE



Clé N°2

Le VIDE



Clé N°3

Les MANTRAS



Clé N°4

ET SI ... ?

MOI MAINTENANT

Mes HALC

La VERITÉ

1<sup>ère</sup> ACTIONS

MES RÉVÊS

Il y a de meilleurs coachs que moi  
(Préciosi, Laroché, F. Nicolas, L. Marchand...)

Je ne sais pas bien m'exprimer  
Je suis trop cérébral

J'ai peu de conversations, j'écoute +  
que je ne parle

Je n'ai pas l'habitude de parler en public

Je ne suis pas très bon pour manager  
d'autres personnes, pour les motiver au  
quotidien

Je n'ai pas assez d'argent pour payer une équipe

Il faut être connu pour rencontrer des gens connus

C'est trop de travail, je ne vais plus  
avoir de temps libre pour moi + ma famille

J'aurais du déjà réviser à l'âge que  
j'ai + avec tout ce que je sais

Je suis UNIQUE

Je suis HYPER FORME

Mon esprit de synthèse a de la VALEUR

Ma joie / Mon bonheur

Ma perspective

J'ai plein d'histoires + de pratiques applicables + intéressantes

Je m'exprime bien quand je suis dans la joie

+ que je fais qqch qui a du sens

Je connais la structure de l'influence

+ la maîtrise de la persuasion

Je peux APPRENDRE leadership, public speaking,

gestion d'équipe, création de mouvements

Je suis un PUissant CREATEUR

Je dois être à l'écoute, pas forcément un manager

Quelqu'un d'autre peut manager les équipes

Je suis toujours à trouver l'idée,

à me débrouiller

Je peux être aidé au début par des bénévoles,

des stagiaires, des volontaires, des personnes très éveillées

Les vieilles idées qui ont de bonnes intentions

+ qui oeuvre pour le collectif

Je me suis qu'à 1 ou 2 niveaux de connaissances

de célébrités - J'ai 1 bon réseau d'amis entrepreneurs

Je peux commencer par des "mini-idées"

Je connais des gens qui l'ont fait

Je peux saisir des opportunités comme du sucre de fève, de films

Je ne suis PAS SEUL

Je sais protéger mon temps

Je suis très productif

Je peux commencer par ce que je peux

+ avec facile + voir comment faire + me aider

Il n'y a pas d'urgence - C'est moi qui définis mon

rythme d'avancement. Je n'ai pas à tout faire d'un coup

Je n'ai pas de retard. Je suis préparé

pour quelque chose de génial!

Tout va bien David!

De nombreux succès mondiaux ont été créés rapidement

(McDo + Ray Kroc à 52 ans, KFC + Colonel Sanders à 62 ans,  
Costa + 50 ans, IBM + Flatt à 61 ans...)

Créer la communauté  
du DEV PERSO + en  
parler à ma liste  
+ l'impliquer dans mon  
projet

Interviewer mes  
amis entrepreneurs

Animer 1 communauté  
de +3 millions de personnes  
dans 1 domaine de DEV PERSO

Interviewer des gens célèbres  
pour promouvoir le DEV PERSO

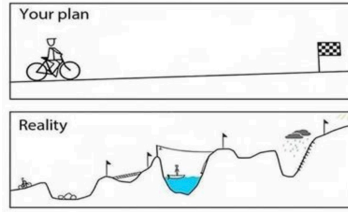
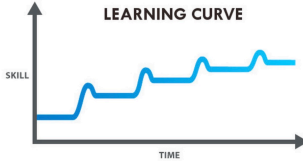
Créer des produits + services pour  
démocratiser le DEV PERSO au  
niveau mondial

- Livres collaboratifs + Livre SPECIAL
- Abonnements collaboratifs
- Séminaires collaboratifs
- Festival Mondial du DEV PERSO à l'Assemblée de Montpelier
- Musique / clips / Docs.

Fédérer les acteurs du changement  
en France dans 1 Mastermind

Faire de la FRANCE le N°1  
du WORLD HAPPINESS INDEX

# PROCESS de MOTIVATION



AMPLIFICATION

HONORER  
L'ADVERSITÉ  
+

ENVIRONNEMENT

MAINTIEN

FOCUS + ACTION  
REGULIERE

+ CLARTÉ de POUR quoi

DECLenchement

AMBITION + FOI

NRT PHYSIQUE

Alimentation

Sommeil

Alternance  
Activité / repos