



Table des matières

Remerciements	5
Préface	6
Introduction	8
Les différents stades par lesquels vous allez passer	11
Ne vous flagellez pas	11
Les réactions de votre entourage	17
Ne restez pas oisif	22
Changez votre mode de consommation	23
La difficulté de ne rien produire	27
Les « up and down »	30
Retrouvez-vous	39
Affranchissez-vous du regard des autres	40
Retrouvez l'émerveillement de l'enfant	44
Osez	46
Apprenez à vous estimer	49
Combattez vos croyances « limitantes »	54
Reconnectez-vous à la nature	60
Faites de votre intuition votre alliée	63
Cultivez une attitude positive	68
Ne nourrissez pas vos peurs et ne vous limitez pas	76
Où voulez-vous aller ?	80
Offrez-vous des journées « plaisir »	80
De quoi vous ne voulez plus ?	83
Retour aux sources	84
Que signifie pour vous le mot « réussite » ?	86
La peur de l'échec	90
Quelles sont vos compétences ?	92
Quels sont vos talents ?	96
Quelles sont vos valeurs ?	100
Que feriez-vous si tout était possible ?	106
Quel est maintenant votre objectif ?	110
Vous avez la capacité de gagner de l'argent	118

Lancez-vous !	120
Vous voulez vous reconvertir?.....	122
Vous voulez créer votre entreprise?.....	123
Vous voulez rester dans le même secteur d'activité?.....	128
Conclusion	131
Quelques témoignages	134
Bibliographie	154