



1H POUR REBOOSTER VOTRE MINDSET

PAR FRANCK ROCCA



PROPULSER®

COACHING SUR-MESURE
POUR ENTREPRENEURS AMBITIEUX

*Franck
Rocca*

préface

Je veux commencer par vous féliciter d'être l'une de ces rares personnes qui va jusqu'au bout.

Vous faites partie des 1% de personnes qui passent à l'action.

Sachez que "Mindset Hour" n'a pas été conçu pour contrôler l'esprit de qui que ce soit ou tout autre chose du même style.

Il a été conçu pour que vous contrôliez l'esprit le plus important qui soit, le vôtre !

En aucun cas il a été conçu pour que quelqu'un d'autre que vous contrôle votre esprit ou plus précisément votre MINDSET !

Je veux uniquement vous faire prendre conscience que la clé de VOTRE réussite est déjà en votre possession et que la décision ne peut venir que de vous : ouvrir cette porte ou la laisser fermée.

C'est ce que je vais vous révéler dans ce Guide.

Tout ce que nous faisons sur internet et plus généralement, dans n'importe quel business suit le même schéma de réussite :

80% Mindset et 20% Stratégie !

Si vous n'avez pas le bon mindset, vous pouvez avoir les meilleures stratégies du monde, elles vous seront inutiles ! Si vous avez le bon mindset, vous pouvez même obtenir des résultats avec une stratégie de m**** ou du bouboukistan (comme j'aime le dire).

Alors imaginez les résultats que vous allez obtenir avec un #MINDSET puissant et les stratégies 100% rentables que vous découvrirez mois après mois dans votre #DOITNOW - Ca\$h Inside.

J'ai analysé depuis quelques années les blocages communs que les gens avaient.

Ces dernières années j'ai observé cette catégorie de personnes en situation d'échec ou en manque de réussite. J'ai tenté de comprendre le lien avec leur situation, leur comportement et l'écosystème dans lequel ils évoluent. Mon analyse est sans appel.

J'ai réalisé que l'un des plus gros problèmes est qu'ils ne se lancent jamais vraiment car ...

... Il leur manque ce déclic !

Dans la majorité des cas, lorsqu'ils achètent un produit, ils vont être excités, ils vont regarder la première vidéo ou lire les 10 premières pages puis ils vont abandonner !

Vous vous êtes déjà peut-être demandé pourquoi ce phénomène arrive. Et bien, sachez que je suis également très curieux à ce sujet pour 2 raisons :

1. Je suis convaincu que quand ils consomment votre produit dans sa totalité et obtiennent ces résultats, ils sont plus susceptibles de vous acheter d'autres produits à l'avenir parce que vous venez de les aider de manière significative.
2. Je suis convaincu que si quelqu'un consomme votre produit dans sa totalité, il sera plus susceptible d'obtenir les résultats qu'il recherchait en premier lieu. Vous faites donc de belles choses en l'aidant.

Maintenant que l'on a ça en tête, j'ai commencé à chercher où les gens perdaient ce Momentum !

Pourquoi ça arrive ? Et encore plus important, quelle est la clé d'un Momentum Vertueux ?!

Je pense avoir craqué ce code et je m'apprête à vous le partager ici et maintenant.

Je pense aussi que c'est le message méta le plus important que je peux vous offrir pour le reste de notre relation ensemble.

Et si vous le lisez avec l'envie d'évoluer et que vous faites ce que je vous délivre ici, même si vous ne faites pas tout, vous allez augmenter considérablement votre bonheur, votre productivité ainsi que vos résultats.

Et, *in fine* vos revenus.

Et de façon bien plus significative qu'avec n'importe quelle stratégie que je pourrais vous enseigner...

C'est parti !



LE POURQUOI DE CE GUIDE

Ce Guide est très spécial à mes yeux car il contient toute la substantifique moelle de la Réussite.

Il contient tout ce qui m'a permis en un peu plus de 2 ans de passer de *parfait inconnu* à Leader sur plusieurs thématiques, de recevoir des mains de Russell Brunson l'Award qui atteste et récompense la création d'un Funnel de Ventes générant plus d'un million de \$ en un an. J'ai également réalisé (avec mes 2 associés) le plus gros lancement de l'histoire sur Internet en francophonie avec "Business Révolution".

Tout cela, j'ai pu le réaliser, non pas grâce à des techniques de marketing, ni même en utilisant des petits *tricks* sur Facebook Ads ...

Vous êtes peut-être même étonné de lire cela ?

Bien sûr que toutes ces choses ont contribué à ma réussite...

...mais ce n'est pas l'essentiel.

Tout commence par votre **Mindset**.

En fait, c'est très simple (même s'il n'existe pas vraiment de traduction en français) : *Mindset* - c'est un état d'esprit, une façon de penser, de voir le monde. C'est tout simplement ce qui vous permet d'agir, de réussir, d'entreprendre et donc de rendre possible toute réussite.

C'est ce qui concrètement permet de s'autoriser à entreprendre quelque chose.

Ce que je vais vous révéler dans ce guide est **exclusif**.

Vous vous apprêtez à découvrir la clé de voûte de ma réussite et de toutes les réussites des entrepreneurs que je côtoie au plus haut niveau.

L'objectif de ce guide est de vous donner un énorme coup de boost (ou un énorme coup de pied au c**, s'il le faut). Je vais vous transmettre tous les outils pour débloquer vos croyances et barrières limitantes afin que vous arriviez à faire **grandir, Propulser®, puis exploser votre business !**

Ce guide va vous aider à aller toujours plus loin et plus vite, à repousser vos limites et à **rendre l'impossible, POSSIBLE !**



MODE D'EMPLOI

Je vais vous dévoiler tout ce que j'ai pu apprendre de mes mentors et de mon expérience, le concentré de tous mes meilleurs conseils et tous les éléments indispensables du *Mindset* qu'il faut avoir pour réussir !

A votre tour, vous allez devoir TRAVAILLER !

Le *Mindset* SE TRAVAILLE.

Et il se travaille TOUS LES JOURS !

J'ai créé ce Guide pour que vous le lisiez, le relisiez,

L'appliquiez,

Le re-relisiez,

L'appliquiez encore...

Que vous vous le tatouiez sur votre front,

Que vous le graviez dans votre cerveau,

Qu'il soit partout !

C'est Votre Heure de Mindset,

Où vous vous recentrez sur vous-même,

Vous devez le faire régulièrement, comme un rituel.

Votre temps est précieux.

Ne le gaspillez pas !

C'est la seule chose qu'on ne peut pas acheter !

Tous ces éléments vous sont présentés dans un format court et concis pour que vous puissiez les consulter facilement et rapidement.

En d'autres termes **"Straight to the point"**, pas de blabla, que du concret.

Voici mon conseil de lecture pour chacun des 12 points, lisez-le :

- une première fois attentivement,
- une deuxième fois en faisant votre exercice de passage à l'action, qui vous permet de faire un bilan sur vous et votre activité,
- une troisième fois, en appliquant au moins un des principes dans votre business ou dans votre vie afin d'avoir un résultat concret juste après votre passage à l'action
- et enfin : recommencez ...













Notez que chacun des 12 points comporte 4 parties :

- Histoire Vraie
- Big Idea
- Post-il
- Take Action

Votre *Mindset Hour*, c'est **VOTRE Coup de Boost**, votre dose hebdomadaire ou quotidienne d'énergie ! Dès que vous avez un moment de "down", de "pas bien" ou de démotivation, vous lisez votre guide du Mindset et vous vous recentrez sur vos objectifs !

sommaire

COMME LES AIGUILLES D'UNE MONTRE, VOUS N'AVEZ PLUS QU'À SUIVRE LES 12 POINTS DE VOTRE MINDSETHOUR

	80% de mindset, 20% de technique	9
	Mettez-vous à un niveau d'enseignabilité « zéro »	15
	Entreprendre = Investir	18
	Oubliez la semaine de 4 heures	23
	Changez de famille ou au moins d'entourage	28
	Faites votre diète médiatique	32
	Pensez en "ET", pas en "OU"	36
	Soyez aligné avec VOTRE Pourquoi	39
	Visez la lune, au pire, vous atterrissez dans les étoiles.	43
	Ne vous arrêtez jamais	46
	Croyez en vous	51
	Passez à l'action !	56



1. 80% de mindset
20% de technique



HISTOIRE VRAIE

Je veux avant tout vous raconter l'incroyable histoire d'une athlète que j'ai rencontrée personnellement lorsque j'ai été invité sur l'île de Sir Richard Branson : Bibiane Mentel ... son nom parle de lui-même !

En 2000 pour les jeux de Salt Lake City, Bibiane était la meilleure de son pays et une des meilleures de la planète - dans le top 5 des snowboarderesses mondiales. À six mois des JO, elle passe une visite médicale de routine,...

On lui détecte un cancer des os, non pas une mais trois tumeurs d'un coup.

Elle avait deux solutions :

- la première, de baisser les bras et de se dire "c'est bon, allez, ma vie est finie, je vais la finir dans un fauteuil roulant".
- La seconde, de se dire "J'en ai rien à f****. Je suis qui je suis et je vais continuer d'être qui je suis."

Quelques heures plus tard elle se réveille avec une jambe en moins ...

MAIS ...

elle choisit la deuxième option :

"Rester qui je suis quoi qu'il se passe dans ma vie. Je rends l'impossible possible."

Quatre mois après, elle obtient un accord pour participer à une compétition,

et elle devient championne d'Allemagne des...

...VALIDES,

alors qu'elle avait une jambe en moins et une prothèse.

Quelques mois plus tard...

... quatrième cancer détecté.

Elle l'explose.

Elle redevient championne d'Allemagne.

Quelques mois plus tard...

... cinquième cancer... qu'elle explose.

Vous osez à peine y croire ?!

Croyez-moi, même sur place en l'écoutant, cette histoire semblait sortir tout droit de l'imagination de Spielberg...

Que nenni...

Quelques mois plus tard sixième cancer...

... qu'elle explose.

Quelques mois plus tard septième...

Oui, on est toujours dans la réalité !

Quelques mois plus tard... huitième cancer...

... qu'elle explose.

Cette histoire, c'est Bibian elle-même accompagnée de son mari qui l'a

racontée. Elle a clôturé sa conférence par “je vais me qualifier pour les JO 2018, à 46 ans”.

Déjà pour un être humain dit “normal” de cet âge là, participer aux Jeux Olympiques ça n'existe quasiment pas.

Une femme qui a survécu à 8 cancers, qui a une jambe en moins, ça existe encore moins.

Pourtant, elle l'a fait !

Complément d'informations, article France Télévisions - Mars 2018 :

Jeux paralympiques : deux mois après un cancer, la Néerlandaise Bibian Mentel-Spee décroche la médaille d'or en snowboard

Sa victoire n'en est que plus belle. L'athlète paralympique néerlandaise Bibian Mentel-Spee a conservé son titre olympique de snowboard cross aux Jeux paralympiques d'hiver de Pyeongchang, rapporte The Guardian (en anglais), lundi 12 mars. Une performance réalisée quelques mois seulement après avoir vaincu un cancer. Cette maladie a empêché cette femme de 45 ans de participer à une grande partie de sa préparation.

C'est en juillet dernier que les médecins lui ont diagnostiqué un cancer du cou, de l'œsophage et des côtes. Son traitement était censé se terminer en octobre 2017, mais en décembre, la porte-drapeau des Pays-Bas a été informée par des médecins que la tumeur à son cou nécessitait une intervention chirurgicale urgente, lui donnant à peine le temps de se préparer pour les Jeux.

Mentel-Spee est devenue paralympienne après avoir été amputée de la jambe droite sous le genou lors de la découverte d'un cancer des os. Elle tentait alors de se qualifier pour les Jeux olympiques d'hiver de Salt Lake City en 2002.

Moralité :

Quoi qu'il se passe dans votre vie, vous n'avez pas le droit de baisser les bras, vous pouvez avoir des coups de moins bien, oui...

... MAIS en aucun cas vous dire que c'est fini, qu'il n'y a plus rien à faire. Vous DEVEZ aller chercher LA solution coûte que coûte !

Vous pouvez d'ailleurs utiliser le mantra dans ce guide :

"J'ai la Solution à TOUT"

BIG IDEA



Cette histoire est la preuve vivante que le *Mindset* est LA chose à travailler dans votre vie, surtout si vous voulez faire quelque chose qui vous paraît impossible ou quelque chose de différent de la moyenne.

Les sportifs sont d'excellents exemples, car **rien ne peut battre le *Mindset* d'un sportif de haut niveau.**

Je l'ai vécu moi-même pendant des années, puis lorsque j'entraînais des champions pour les mener aux médailles mondiales. Je peux vous dire et vous le garantir :

TOUT EST DANS LA TÊTE !

C'est grâce à mon *Mindset* que j'ai pu réaliser tout ce que j'ai réussi en un peu plus de 2 ans. Si j'insiste autant et que je le répète encore et encore, c'est parce que tant que vous n'avez pas absorbé complètement cette leçon, vous ne pouvez espérer avoir de meilleurs résultats. Les astuces, la technique, les tricks, c'est bien, mais tout ça n'a AUCUNE VALEUR si vous n'avez pas le *MINDSET* qui va avec.

Mon objectif c'est que vous obteniez des résultats de dingue aussi rapidement que moi (voire encore plus vite !). Par contre vous ne pouvez pas obtenir de tels résultats si votre *Mindset* ne change pas.



POST-IT

“Whatever the mind can conceive and believe, it can achieve.”

– Napoleon Hill

(en français : “Tout ce que l'esprit peut concevoir, tout ce en quoi il peut croire, il peut aussi le réaliser”)



TAKE ACTION

- Souvenez-vous d'un exemple dans votre vie où votre Mindset vous a permis de réaliser quelque chose qui vous paraissait impossible.
- Rappelez-vous d'un moment où votre Mindset vous a fait défaut, que se serait-il passé si vous aviez travaillé sur votre Mindset ?
- Engagez-vous à faire un changement sur votre Mindset dès aujourd'hui et partagez l'action que vous allez faire, votre “ONE thing”, avec le hashtag #MindsetHour sur le Groupe Privé et sur Instagram.



J'AI UN RÊVE ET JE VAIS L'ATTEINDRE

COMMENT UTILISER CE MANTRA ?

Prenez une grande inspiration 🕒 Répétez à haute voix 3 fois (minimum) votre mantra

Durant votre MindsetHour, répétez cette combinaison plusieurs fois
pour vous recentrer sur vos objectifs et votre pourquoi.
Le son est la base d'un mantra, il est très important de le
réciter correctement pour qu'il puisse faire effet.



2. Mettez-vous à un niveau _____ d'enseignabilité « zéro »



HISTOIRE VRAIE

Throwback : en Janvier 2018, je participe à l'un des masterminds marketing les plus prestigieux au monde, j'échange avec les meilleurs marketeurs et entrepreneurs de la planète. Je suis d'ailleurs sélectionné (pour la 3ème fois consécutive) pour divulguer une de mes stratégies qui génère d'importants résultats devant toute l'audience de la WARROOM (plus de 150 personnes qui font en moyenne 12M\$ / an).

Durant ce séminaire, j'ai la possibilité d'assister aux autres conférences, notamment une conférence sur Facebook, j'ai le choix : ne pas assister à cette conférence, car je maîtrise déjà ces stratégies et les enseigne même à d'autres marketers, ou alors... assister à cette conférence, me mettre au **niveau d'enseignabilité à 0**, absorber toutes les pépites, tous les détails que je connaissais peut être déjà, (peut-être restés dans ma todo) et y découvrir un nouvel angle d'approche pour encore mieux les enseigner à mes étudiants.

Je fais le deuxième choix et j'écoute attentivement, en ayant l'esprit ouvert et non en me disant que je sais déjà tout.

Résultat des courses : j'apprends certaines techniques intéressantes. Je vais parler à la conférencière après sa présentation, elle m'invite à déjeuner et je finis finalement par la coacher moi-même sur un sujet particulier qu'elle maîtrisait moins... Quelques semaines plus tard, elle me contactera pour que je la coach pour son lancement !

Finalement, j'aurais pu perdre cette opportunité d'un échange riche et

fructueux, et peut-être une future collaboration, si je m'étais mis dans la position du "Monsieur je sais tout" qui n'est pas prêt à écouter et à apprendre.

BIG IDEA



Il était pour moi indispensable de vous parler de l'attitude essentielle à développer, dans votre apprentissage, votre business, votre vie : placez-vous toujours dans une attitude de débutant(e) complet, comme si vous ne connaissiez absolument rien.

Le fait de se dire "oh ça je le connais déjà", "c'est bon, je ne suis plus à ce niveau", est le meilleur moyen de passer à côté de l'essentiel.

Même si vous revoyez des éléments "élémentaires" sur la publicité Facebook ou des éléments de développement personnel que vous avez vu et revu des dizaines de fois (puisque vous êtes peut-être un "leader" de ces domaines), aujourd'hui vous êtes potentiellement dans une disposition mentale nouvelle.

Vos expériences changent et évoluent, jour après jour, la perception du message que vous recevez aussi. L'information que vous avez reçue il y a 1 an ne sera pas perçue de la même façon aujourd'hui.

Pour passer à un autre niveau, vous devez devenir une véritable éponge et absorber les connaissances des meilleurs.

Le témoignage qui revient régulièrement parmi nos clients qui réussissent le mieux dans Franck Rocca Confidential (FRC), au-delà du MINDSET, c'est que "revoir les fondamentaux" leur est toujours bénéfique, et surtout leur permet d'atteindre un degré d'approfondissement supérieur.

La **connaissance** que vous accumulez fonctionne comme une spirale, elle ne peut que **vous élever**, vous ne tournerez jamais en boucle.

Si vous vous dites “mais ça, je le connais déjà... moi le développement personnel ça me connaît...”, alors c’est justement le signal que vous devez vous remettre en question. Peut être que le moment pour vous est venu de remettre tout à plat et de vous dire “est-ce que chaque jour je mets tout ça en application ?”

Si ce n’est pas le cas, alors vous savez ce qu’il vous reste à faire...



POST-IT

“Tout ce que je sais, c’est que je ne sais rien.” – Socrate

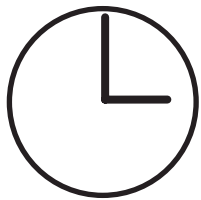


TAKE ACTION

Assistez à une conférence ou lisez un livre sur un sujet que vous semblez très bien connaître et essayez de le regarder avec un oeil nouveau, comme si vous appreniez tout cela pour la première fois. Notez tous ces “nouveaux éléments” directement ici sur la page dédiée.

Refaites le JEU DE RÔLE “VIS MA VIE D’AVATAR”, car ce travail vous devez le faire sans cesse et ne prétendez pas déjà connaître vos prospects et vos clients à la perfection.

Vous pouvez également remplir votre guide “Mémento du Copywriting” pour tout connaître de vos futurs clients et ainsi écrire des pages de ventes qui vont les exciter et donc leur faire sortir la carte !



3. Entreprendre = Investir

HISTOIRE VRAIE



Mai 2004, je viens de valider mon diplôme d'entraîneur de natation, la saison approche et je peux enfin exercer ce métier.

Plus tard, je décide de m'installer à Cannes pour démarrer ma saison d'entraîneur de natation et coach sportif. Je dois faire face à une très grande concurrence, plusieurs maîtres nageurs de renom travaillent déjà sur la même plage et je me heurte à cette dure réalité :

Pas de place pour un nouveau.

Ce début de saison n'annonce rien de prometteur et tout laisse à penser que la suite sera difficile. Pour attirer des clients, je dois faire différent, faire mieux.

L'idée mûrit et prend tout son sens, lorsque je croise le responsable du magazine des plages : mon nom doit apparaître dans son magazine. Je vais le voir et lui demande de m'accorder un encart publicitaire pour parler de mon activité. Dédaigneux et d'un air hautain, il me répond que cette prestation publicitaire est bien au-dessus de mes moyens et me coûtera la coquette somme de 1500€ pour une simple annonce de quelques centimètres.

Je suis jeune, je n'ai pas un sou en poche, mais je n'hésite pas une seule seconde à emprunter la totalité de la somme pour l'investir dans cet encart publicitaire.

Entre temps et après plusieurs appels, j'obtiens finalement ma "bannière" sur plusieurs pages pour le même tarif !

Avec le recul je pense que Roberto Cialdini a dû m'aider dans ma négociation grâce à ses principes de présuasion et persuasion ! Sauf que je n'entendrais parler de lui que 10 ans plus tard !!!

Je vous recommande d'ailleurs plus que vivement son livre :

En anglais (mon préféré) : http://bit.ly/roberto_eng

En français : http://bit.ly/roberto_fr

La saison terminée, je dresse un bilan plus que prometteur :

J'ai très largement dépassé mes objectifs de CA et de résultats..

Cerise sur le gâteau : dû à ma notoriété soudaine, je n'ai pas réussi à honorer toutes les demandes et mon chiffre d'affaires a battu tous les records en dépassant même les "anciens" déjà installés et leur notoriété.

J'ignore si ce succès est lié à cette mise en avant publicitaire ou si c'était juste une coïncidence. Je pense que c'est ni l'un ni l'autre, mais que d'avoir **pris un risque, d'avoir investi** et donc semer pour récolter a porté ses fruits. Sans oublier la **disposition mentale** dans laquelle cet investissement m'avait mis.

Et bien évidemment, le travail ! Je bossais vraiment beaucoup, en moyenne de 6H30 à 23H, 7/7 ! Vous le savez, je ne le répéterais jamais assez, le succès overnight n'existe pas, enfin si, mais il prend en moyenne 10 ans...

A partir de ce moment-là, **je n'ai plus jamais hésité à investir dans mon business, sur moi-même et de mettre toujours de l'argent sur la table pour réussir.**

Sur ces deux dernières années, j'ai investi plus de 1.8 millions d'euros à profit dans Facebook...

Et cela est encore plus vrai, lorsqu'il s'agit d'investir en moi-même.

Malgré plusieurs années d'expérience, je continue à me former en permanence : chaque année, je participe à un des meilleurs Masterminds au monde et j'investis plus de 120 000 € par an dans différents événements,

séminaires, voyages et formations.

J'enchaîne les masterminds et les plus gros events marketing, et le coût n'est pas un frein car je sais déjà qu'avec seulement une nouvelle stratégie, un seul nouveau contact...

... je vais LARGEMENT rentabiliser cette somme.

Je fais simplement un placement ou un investissement comme quand on achète un appartement sauf qu'ici le retour sur investissement est très court ...

BIG IDEA



J'ai une vérité à vous dire qui est la même pour tous les entrepreneurs à succès :

Si vous n'êtes pas prêt à investir X euros (peu importe le montant ça peut être 1 euro, 300 euros, 10.000 euros ou plus)...

...vous n'êtes pas un(e) entrepreneur(e). Point Final.

Si vous n'êtes pas "*mindsetté*" pour investir, vous ne pouvez pas réussir.

Je ne vous parle pas seulement d'investissement dans l'achat de trafic ou tout autre matériel nécessaire à votre business.

Je vous parle surtout d'investissement personnel, en énergie, en temps...

Il faut que vous rentriez dans ce "Game" de l'investissement.

Toutes les personnes qui ont obtenu **de gros résultats** en entrant dans Franck Rocca Confidential sont des personnes qui ont beaucoup investi -

sans exception.

Pour vous donner un exemple d'achat de trafic : si aujourd'hui dans votre activité, vous avez 100 personnes qui visitent votre page ou votre boutique, et qu'en investissant, ce chiffre monte à 10.000, ne croyez-vous pas que vos ventes vont exploser ?

Réfléchissez à tout ce que l'investissement sur vous et votre business va vous apporter.

Je n'aurais jamais pu atteindre les résultats que j'ai eus si je n'avais pas investi :

- autant en publicité (vous ne serez pas non plus en train de lire ces lignes),
- autant sur mon business
- autant sur moi (en participant aux plus grands Masterminds tel que la War Room aux États-Unis, le plus prestigieux Mastermind au Monde) ... car le meilleur investissement que vous puissiez faire est **d'investir sur vous-même.**

POST-IT



"Il faut semer pour récolter" – Proverbe

TAKE ACTION



- Faites le bilan sur les investissements que vous avez faits ces 12 derniers mois : dans quoi avez-vous investi ? Comment auriez-vous pu mieux faire ?
- Rappellez-vous un moment de votre vie où vous avez investi dans quelque chose et l'impact que ça a eu par la suite.
- Notez 1 nouvel investissement que vous allez faire dans les 7 prochains jours

Vos notes _____

“ RISK MORE THAN OTHERS THINK IS SAFE. CARE MORE THAN OTHERS THINK IS WISE. DREAM MORE THAN OTHERS THINK IS PRACTICAL. EXPECT MORE THAN OTHERS THINK IS POSSIBLE.*

CLAUDE T. BISSELL

”

„PRENEZ PLUS DE RISQUES, LÀ OÙ LES AUTRES N'EN PRENNENT PAS. CROYEZ EN VOS RÊVES, LÀ OÙ LES AUTRES NE RÊVENT PLUS. GARDEZ ESPOIR LÀ OÙ LES AUTRES N'EN ONT PLUS..



4. Oubliez la semaine _____ de 4 heures

HISTOIRE VRAIE



Sans dénigrer le livre *La Semaine de 4 heures* de Tim Ferriss (dans son ouvrage, vous pouvez y lire de très bons concepts sur la productivité), il y a une chose que vous devez vous sortir de la tête : *la semaine de 4 heures est un mythe !*

C'est un titre qui fait vendre et d'ailleurs il a été choisi par l'auteur du livre suite à plusieurs tests sur Adwords. La réalité est que malgré ce titre alléchant, Tim Ferriss lui-même travaillait 70 à 80 heures par semaine lors de l'écriture et de la sortie de son livre.

Tous les *Grands* de ce monde ont travaillé plus que la moyenne pour en arriver là où ils en sont aujourd'hui. Ils ont tous dû commencer quelque part.

Si vous pensez qu'en devenant entrepreneur(e) la vie sera facile, c'est faux.

En revanche, vous pourrez déterminer votre temps de travail en fonction de vos objectifs.

Vous ne pouvez pas devenir millionnaire en vous roulant les pouces et en travaillant 2 heures par jour, (car si vous voulez travailler 2 heures, vous aurez le résultat de ces 2 heures).

Ce n'est qu'après des années de dur labeur, qu'il est "possible" d'obtenir ces résultats mais pas autrement !

Tout dépend bien évidemment de votre objectif : si vous ne voulez gagner que 1.000 € par mois (peut-être même avec un quart d'heure de travail par jour c'est faisable), en revanche si vous voulez gagner 10 000 €, votre investissement en nombre d'heures doit être largement supérieur.

La vraie réussite se construit avec des heures / des jours / des années de travail, où vous devez oublier les 35 heures et les RTT, surtout pendant la phase de lancement !

D'ailleurs ça veut dire quoi 35 heures ?

Quant au sigle RTT, je n'ai jamais entendu parler de ça !!!!

Car c'est justement quand vous vous lancez qu'il faut donner votre maximum pour créer ce système qui va vous permettre d'automatiser votre business et récolter les fruits de votre travail plus tard.

Personnellement, j'ai dû travailler 18 heures par jour en moyenne 7 jours sur 7 et j'ai "mouillé la chemise" pendant 2 ans avant de commencer à récolter ce que j'ai semé (sans compter les 15 années d'expérience de vie, les tests de business, les échecs, les pertes d'argent...)

Mon conseil : **NE COMPTEZ PAS VOTRE TEMPS !**

Ne comptez jamais vos heures, que vous soyez entrepreneur(e) ou salarié(e)...

Car même si vous êtes salarié(e) - vous êtes toujours en train d'apprendre quelque chose, d'apprendre de vos collègues ou de votre patron...

Même en dehors de vos horaires de travail, restez vigilant(e), vous devez rester attentif(ve) pour noter et remarquer des éléments qui peuvent vous servir dans votre business ou celui pour lequel vous travaillez.

En faisant du sport, en passant du temps avec votre famille, en allant à la plage, en écoutant la radio, vous devez garder l'esprit ouvert et prendre note de toutes les idées, toutes les inspirations que vous allez pouvoir utiliser pour faire croître votre business.

BIG IDEA



Je voudrais que vous retienniez cette idée très importante :

Le Succès Overnight n'existe pas !

Il se construit au fil des années ! (en moyenne 10 ans)

Il faut développer votre capacité de travail, ce que les anglophones appellent votre "Work Ethic", surtout dans la phase de création.

Bien sûr qu'une fois que votre Business est lancé et quand vous avez déjà atteint un niveau de stabilisation après quelques années de travail acharné, vous pouvez l'optimiser afin de pouvoir réduire vos heures de travail, déléguer et consacrer plus de temps à votre famille et à vous-même.

Mais pour faire grandir votre Business, vous devez, comme j'aime le répéter encore et encore : **"Take Action" !**

Attention, "Take Action" et travailler massivement ne veut pas dire n'avoir aucune hygiène de vie. Vous devez être aligné avec vos capacités physiques car si votre corps n'est pas prêt à travailler 10 heures par jour ou plus, vous allez craquer quelques semaines ou quelques mois plus tard.

L'esprit et le corps ne font qu'un, c'est pour cela que j'ai créé notre modèle signature de la **Trilogie du Succès : Hygiène de Vie, Mindset & Business.**

Ainsi, si vous êtes bien dans votre corps, vous l'êtes forcément dans votre esprit et vous ne pouvez pas réussir dans votre business sans conserver un mode de vie équilibré et une alimentation saine.

POST-IT



There is no substitute for hard work. - Thomas A. Edison

(en français : "Rien ne remplace le travail acharné")

TAKE ACTION



Trouvez-vous une routine qui vous permet d'être plus efficace afin de pouvoir atteindre une productivité maximale pendant vos heures de travail. Dans l'organisation de votre travail, vous pouvez essayer plusieurs méthodologies de gestion du temps et de projets pour trouver celle qui vous convient le mieux : Pomodoro, Agile, Scrum, Kanban...

Ensuite, faites un planning de vos journées et semaines à venir, en incluant obligatoirement des pauses (notamment pour faire circuler le sang dans votre organisme), des moments pour faire du sport, prendre des repas de qualité, passer du temps avec vos proches.

Ces moments là sont indispensables pour réussir.

REFUSEZ DE FAIRE PARTIE DE LA MOYENNE DES GENS

Si vous faites ce que la moyenne des gens font,
Si vous ingérez mentalement ce qu'ils ingèrent,
Vous obtiendrez les mêmes résultats, voire pire.

VOS EXIGENCES PERSONNELLES DÉTERMINENT ABSOLUMENT TOUT

Une des meilleures manières d'améliorer votre situation financière est d'élever considérablement vos normes en matière de revenu acceptable pour vous.

QUAND VOUS ÉLEVEZ VOS STANDARDS, TOUT CHANGE.

Ça affecte absolument tout ce que vous faites parce que vous commencez à percevoir chaque opportunité avec un nouveau regard.

REFUSEZ DE FAIRE PARTIE DE LA MOYENNE DES GENS

Si vous faites ce que la moyenne des gens font,
Si vous ingérez mentalement ce qu'ils ingèrent,
Vous obtiendrez les mêmes résultats, voire pire.

-

VOS EXIGENCES PERSONNELLES DÉTERMINENT ABSOLUMENT TOUT

Une des meilleures manières d'améliorer votre
situation financière, est d'élever considérablement vos
normes en matière de revenu acceptable pour vous.

-

QUAND VOUS ÉLEVEZ VOS STANDARDS, TOUT CHANGE.

Ça affecte absolument tout ce que vous faites
parce que vous commencez à percevoir chaque
opportunité avec un nouveau regard.



5. Change de famille ou au moins d'entourage

HISTOIRE VRAIE



Comme la plupart d'entre nous, j'ai été entouré de personnes qui ne partageaient pas ma vision de la réussite et n'étaient pas alignées avec mes ambitions. Il m'était inconcevable de vivre une vie "métro-boulot-dodo". Je respecte tout à fait le choix de chacun et si vous, vous voulez continuer votre vie tranquillement, vous pouvez refermer ce guide et on en reste là. Sinon accrochez-vous, soyez prêt(e) à être bousculé(e), dérangé(e).

Un samedi soir, en boîte de nuit, je revois encore cet endroit, notre groupe de copains occupait une bonne partie de la seconde salle de cette discothèque. Musique, Alcool, certainement trop d'alcool (je buvais de l'alcool à cette époque mais j'étais sobre à cette soirée là). Vers 2H30 du matin, alors que je regardais autour de moi, **j'ai eu un déclic**, une vision, une envie immédiate de changement, vous savez ces moments où vous vous dites "qu'est-ce que je fous ici ?!!!"

Et là, je me suis levé et je suis parti sans même dire au revoir. J'avais 20 ans.

Depuis ce jour, je me suis juré de ne m'entourer que de personnes alignées avec ma vision ET surtout de personnes POSITIVES !

(Un peu l'antithèse d'une bonne majorité des français malheureusement, mais on le sait tous, ce n'est pas de leur faute. Ce sont les médias et la société qui font d'eux des moutons. Ils arrivent même à leur faire perdre toute envie de vie !)

Toutes les personnes qui ont réussi font de même, si vous regardez les entrepreneurs qui sont dans Forbes aujourd'hui (beaucoup d'entre eux sont mes mentors), dans leur entourage il n'y a personne qui soit à un autre niveau, tant au niveau de leur conscience, qu'au niveau des objectifs de business et de vie.

Ceci est une évidence : si vous souhaitez mener une vie où vous gagnez beaucoup d'argent, vous avez devoir vous entourer de personnes qui ont le même rythme de vie.

Progressivement, votre entourage change lorsque vous aussi vous changez.

Pour accélérer ce changement, entourez-vous des personnes qui sont déjà au niveau de votre objectif !

Ceci est très important : ne perdez pas de temps avec des personnes qui vous nuisent, qui vous mettent des bâtons dans les roues.

Débarassez-vous des personnes "toxiques" qui vous tirent vers le bas.

Pour réussir, vous devez de faire le tri dans votre vie, dans vos activités et dans votre cercle relationnel.

BIG IDEA

Vous êtes la moyenne des cinq personnes qui vous entourent le plus et ce constat est extrêmement important à comprendre.

Une vie saine, un entourage sain.

Comme vous faites une détox pour purifier votre corps, vous devez parfois aussi vous débarrasser des personnes toxiques autour de vous.

Vous n'êtes pas obligé de vous fâcher avec ces gens là, tout simplement faites en sorte qu'elles ne fassent pas partie des cinq personnes que vous côtoyez le plus au quotidien.

Faites le tri autour de vous. Cela peut être difficile au début mais je vous garantis que dans 3 mois, 6 mois ou 1 an, vous vous remercirez.

C'est exactement ce que j'ai fait, ainsi que tous mes mentors que j'ai interviewés : entourez-vous des personnes qui sont en avance sur vous et vous allez pouvoir passer à l'étape supérieure !

En d'autres-termes, **entourez-vous des personnes qui sont déjà là où vous voulez aller ...**

POST-IT



"You are the average of the five people you spend the most time with."
- Jim Rohn

(en français : Vous êtes la moyenne de cinq personnes avec qui vous passez le plus de temps.)

TAKE ACTION



Faites une liste des 5 personnes que vous fréquentez le plus et passez la relation avec chacune de ces personnes en revue en vous posant ces questions :

- Cette personne est-elle positive et bienveillante ?
- Après avoir passé du temps avec cette personne, vous sentez-vous léger(e), apaisé(e), revigoré(e) et joyeux(se) ? Ou au contraire vous vous sentez épuisé(e), déprimé(e), triste ou stressé(e) ?
- Faites ensuite la liste des personnes dans votre entourage qui vous inspirent et qui sont en avance sur vous en termes de résultats et déterminez les actions à mettre en place pour rejoindre ces personnes le plus rapidement possible !

Envie de découvrir votre potentiel ?



Commencez par répondre à cette première question en cliquant sur l'image. Puis obtenez des conseils personnalisés et actionnables immédiatement.

Lequel de ces choix vous correspond le plus ? *



Je suis entrepreneur et je dépasse les 100 000€ de CA



Je me lance et je peine à dépasser quelques milliers d'€ par mois



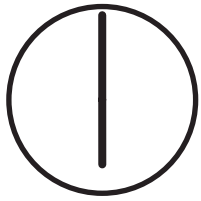
Je fais plus de 500 000€ de CA

SUIVANT →

Vos notes _____

“ RESTEZ TOUJOURS FIDÈLE À VOUS-MÊME. NE LAISSEZ JAMAIS CE QUE PENSENT LES AUTRES VOUS DISTRAIRE DE VOS OBJECTIFS. ”

MICHELLE OBAMA



6. Faites votre diète médiatique

HISTOIRE VRAIE



Pour illustrer ce point, je vais partager avec vous une nouvelle anecdote. Lorsque je promène Sydney, ma chienne, vers 12H je rencontre très souvent une petite mamie qui promène également sa petite chienne. Un jour, comme à mon habitude, je lui demande "Comment tu vas aujourd'hui ... ?" bref comme tous les autres jours sauf que ...

... ce jour là... elle m'a répondu franchement !

Elle me dit :

" Et bien jusqu'ici tout va bien mais ...

dans quelques minutes, je vais rentrer, on va manger avec mon mari et il va mettre le journal de 13H ...

A partir de ce moment là, la journée ne va plus être aussi joyeuse.

Il va devenir aigri et il va répéter encore et encore toutes ces "mauvaises nouvelles".

Je cite :

on va payer plus d'impôts,

l'électricité augmente,

notre retraite va encore diminuer...

Je fais court mais je pourrais continuer des heures... "

A ce moment précis, j'ai ressenti sa tristesse et son désespoir...

J'ai été choqué, et attristé de voir que ces put*** de médias font du mal à 100% de notre population, même aux couples de "p'tits mamies-papis" comme j'aime les appeler.

En effet, il est très fréquent d'entendre ou de voir des couples qui sans même s'en rendre compte anéantissent leur relation.

D'ailleurs, depuis que j'ai instauré cette diète médiatique à mes étudiants ...

J'en ai analysé le avant/après, **le résultat est bluffant !**

Une très grande majorité d'entre eux se sont "retrouvés" par le simple fait de ne plus regarder cette TV de m**** !

Attention, ce que je m'appête à vous dire va vous choquer, puisque très simple mais c'est bel et bien le quotidien et la vérité vraie de notre société d'aujourd'hui.

Ready ?

Steady ?

Go ...

Ils se (re)parlent, ils échangent à nouveau, ils font de nouveau l'amour, ils s'engueulent beaucoup moins, ils sourient bien plus à la vie, ils s'énervent moins contre leurs enfants ... (vous l'avez compris, la liste est longue et non exhaustive...)

Tout ça pour vous dire que très souvent, le bonheur est beaucoup plus proche qu'on ne le croit et que de **SIMPLES petites actions** peuvent nous permettre de vivre mieux et plus sereinement.

Ces histoires sont 100% VRAIES.

Ça m'excite vraiment quand j'entends ce genre d'histoires car je sais maintenant (grâce aux centaines de retours que j'ai des personnes qui ont fait la diète médiatique) qu'il suffit de pas grand chose pour "vivre mieux".

Je ne connais d'ailleurs personne qui, après avoir testé la diète médiatique regarde à nouveau les 13H, 20H et toutes ces autres conneries !

Je l'ai même demandé à mes parents ! Ils se sentent bien mieux aujourd'hui ;)

Aujourd'hui si vous pensez que vous êtes dans ce cas là, sachez que ce n'est pas de votre faute ET que vous avez toutes les cartes en mains pour **CHANGER ça dès maintenant !**

BIG IDEA



Mon conseil ou plutôt même un ordre : bannissez tous les médias de votre vie.
Les médias font de nous des moutons !

Vous êtes le/la SEUL(e) responsable de l'actualité que vous mettez dans votre cerveau, c'est à vous d'aller chercher les informations, en les analysant d'une manière intelligente plutôt que de les consommer passivement sans les remettre en question ou sans prendre de recul.

C'est pourquoi je prescris, voire oblige, à un maximum de personnes de faire ce que j'appelle la **diète médiatique**.

Posologie : 30 jours sans consulter un seul média : TV, ou toute forme de média anxiogène qu'on retrouve aussi sur internet, suivi d'une analyse : Qu'est-ce que cela a changé dans ma vie ?

POST-IT



“Les médias donnent à voir, pas à réfléchir, encore moins à comprendre.” — Paul Lombard

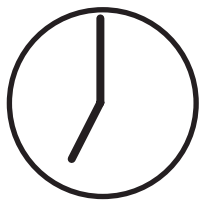
TAKE ACTION



Si vous avez pour habitude d'allumer machinalement la télé le matin pour vous accompagner pendant votre petit déjeuner ou de laisser tourner en fond BFM TV pendant que vous faites le ménage, je vous conseille de **DÉBRANCHER VOTRE TÉLÉ**, de la vendre sur "Le Bon Coin" ou de l'utiliser comme support pour vos pots de fleurs ou encore mieux, coller dessus le plan de vos objectifs avec peut-être votre future maison, voiture, enfants, voyages...

Si vous êtes en manque de stimuli pendant votre ménage ou votre petit-déjeuner, **écoutez plutôt un bon podcast ou un livre audio, ou encore de la bonne musique.**

Vous n'en serez que plus heureux et détendu !



7.

Pensez en “ET”,
pas en “OU”

HISTOIRE VRAIE



La plupart des questions des étudiants que je reçois peuvent se résumer à : “Dois-je faire X ou Y ?”, ce qui signifie souvent : “ Est-ce que X est meilleur que Y ? ”.

Ces interrogations sont des freins à votre réussite car elles vous font douter, vous font poser des questions inutiles en terme de choix et vous poussent à procrastiner, en attendant de trouver la réponse.

Le fait de penser que vous devez choisir seulement une alternative implique un sacrifice d’une autre option et comme résultat :

une opportunité manquée !

C’est réellement dommage car dans la plupart des cas les deux alternatives peuvent être parfaitement mises en application !

Ma réponse est toujours la même : en tant que membre de la Catalyseur Trybe (clients de FRC) et Entrepreneur(e) Ambitieux à succès :

Vous ne devez faire que du “ET”,

Jamais de “OU”.

Vous pouvez laisser la condition de “OU” à tous ceux qui procrastinent et qui ne vont jamais atteindre les mêmes résultats que vous. En effet, vous, en faisant du “ET”, vous aurez toujours une longueur d’avance !

BIG IDEA



Apprêtez-vous à faire un *shift* mental !

Ready ! Steady ! Go !

Faut-il utiliser du trafic payant ou du gratuit ? Les deux.

Faut-il faire des Lives ou des webinaires ? Les deux.

Faut-il faire du coaching ou vendre des produits en ligne ? Les deux.

Faut-il faire un lancement orchestré ou avoir des produits qui se vendent en abonnement ? Les deux.

Etc, etc.

Attention, je ne vous dis pas de tout faire forcément en même temps...

Vous êtes le/la seul(e) à connaître aussi bien votre business, votre écosystème et votre marché, mieux que quiconque (enfin je l'espère :P) et seuls des tests pourront vous dire ce qui marche le mieux pour vous.

J'ouvre une petite parenthèse : N'oubliez pas, les "vraies" réponses vous sont apportées par les analyses de ces tests et donc par vos prospects/clients...

Vous allez voir que le simple fait d'adopter désormais cette réflexion en "ET" et non pas en "OU" **va vous permettre de tout simplement doubler, voire tripler vos résultats !**

POST-IT



Le mot "OU" c'est comme le mot "ESSAYER" : ils n'ont aucun sens et ne servent à rien alors supprimez-les de votre vocabulaire ! - Franck Rocca

TAKE ACTION



Rappelez-vous de la dernière fois où vous vous êtes arrêté devant un choix à faire. Imaginez comment vous pouvez mettre en place ces deux options en même temps dans votre business.

“ ALL OUR DREAMS CAN COME
TRUE IF WE HAVE THE COURAGE
TO PURSUE THEM. ”

WALT DISNEY

* TOUS NOS RÊVES PEUVENT SE RÉALISER SI NOUS AVONS
LE COURAGE DE LES POURSUIVRE.



8. Soyez aligné avec _____ VOTRE Pourquoi

HISTOIRE VRAIE



Novembre 2016, île de la Réunion... Je participe à un mastermind de 4 jours orienté développement personnel et nature pour **me recentrer sur moi-même et sur ce qui m'anime dans la vie.**

Il est 17h00, nous sommes sur un bateau, et je suis entouré de beaucoup de personnes, pourtant, en réalité *je suis seul au monde...*

Le soleil se couche...

On peut apercevoir sa couleur dorée se refléter sur l'eau...

L'océan à perte de vue, un moment magique !

Je suis complètement connecté avec l'eau, mon élément...

Avant de partir en mer, le responsable du bateau me dit qu'avec un peu de chance, nous pourrions voir des dauphins... (mon animal préféré depuis ma plus tendre enfance).

A cet instant mon visage s'illumine, mes yeux brillent comme un enfant découvrant Disneyland pour la première fois ...

Cet animal si cher à mon coeur... Je me souviens du livre du Commandant Cousteau "Les Dauphins et Les Baleines", dont je garde encore en tête la

couverture. C'est un des seuls livres que j'ai lu en entier de toute ma vie et qui m'a donné ce goût pour **la mer et les océans**. Presque 30 ans plus tard, beaucoup de choses se sont passées, mais mon amour pour cet élément recouvrant 70% de notre "Terre" n'a cessé de grandir.

Je pense à ce rêve, que j'ai en moi depuis des années et qui m'anime au plus profond de moi : **créer l'une des ONG les plus importantes de la planète dans les dix prochaines années**. Cette ONG aura pour objectif d'enrayer la pollution des océans et de tous les fléaux qui y sont liés, qui nous touchent depuis déjà bien trop longtemps.

Mon objectif est d'impacter l'éducation dans toutes les écoles du monde au moyen d'une matière complémentaire "Sauver la planète" afin que, dans une ou deux générations, on ait résolu le problème à la source.

Même s'il existe déjà des associations incroyables comme *Sea Shepherd*, pour laquelle je suis bénévole et donateur depuis plusieurs années maintenant, ou comme *Surf Rider* qui fait également un travail remarquable. Sauf que celles-ci ont des actions curatives, non préventives et encore moins éducatives.

Regardez par exemple, ce qu'il se passe avec la "mer de sang" aux îles Féroé, ces coutumes locales écoeurantes avec ces massacres d'un autre monde ! Ils peuvent **abattre jusqu'à 300 dauphins en une journée !** Durant la période de Juin à Septembre, ce sont plusieurs milliers de cétacés qui perdent la vie !

Pour changer les mentalités de ceux qui polluent, ou font du mal à ces poissons ou mammifères, **il faut AGIR à la source et en amont !**

Depuis 2 ans, mon "pourquoi" de vie s'est renforcé. Cette idée de **sauver la planète via les océans**, je ne me contente plus de seulement la visualiser, je commence à la toucher ... grâce à la **liberté que je me suis créée avec mes business en ligne**, mais aussi en apportant de la valeur à toi et à toutes les personnes qui me suivent. En développant mes business sur internet, je peux utiliser mes compétences, me concentrer sur ce quoi je suis le meilleur, **pour me rapprocher chaque jour un peu plus de mon POURQUOI**.

C'est ce POURQUOI qui me donne cette énergie jour après jour !

Encore plus lorsque c'est difficile.

BIG IDEA



Le moteur de votre Réussite est **en grande partie liée au feu sacré généré par ce Pourquoi de vie.**

- Pour vous permettre vous aussi de vivre la vie comme vous l'avez imaginée,
- Pour vous permettre de passer plus de temps avec les gens que vous aimez,
- Pour vous permettre de surmonter vos challenges au quotidien.

Ce POURQUOI va définir votre réussite !

Attention : votre Pourquoi ne peut pas être l'argent. L'argent, c'est un moyen ou comme j'aime le dire, un fluide. Il va, il vient. Votre pourquoi, lui, reste !

Afin de réussir vous devez poursuivre votre **RÊVE** !

Quoiqu'il se passe dans votre vie et peu importe les challenges que vous rencontrez, le fait de vous caler avec votre *Pourquoi* va vous permettre d'aller de l'avant et d'atteindre vos objectifs.

POST-IT



"The two most important days in your life are the day you're born and the day you discover why." – Mark Twain

(En français : "Les deux jours les plus importants de votre vie sont celui où vous êtes né et celui où vous découvrez pourquoi.")

TAKE ACTION

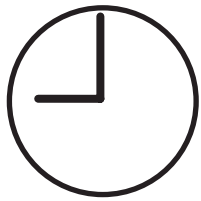


Prenez plusieurs minutes, voire plusieurs heures pour vous poser, réfléchir et visualiser votre Pourquoi de Vie. Il ne ressemble pas forcément au mien, chacun a le sien. Cela peut être tout simplement : passer plus de temps avec vos enfants ou pouvoir les emmener en voyage. Si vous n'avez pas de pourquoi de vie, vous pouvez en créer un. Notez-le et créez un rituel en le relisant toutes les semaines, voire tous les jours, afin de maintenir votre motivation et votre détermination.

“

“

MINDSET HOUR PAR PROPULSER®



9. Visez la lune, au pire, vous atterrissez dans les étoiles

HISTOIRE VRAIE



Été 2017, j'ai la chance (que j'ai provoquée) d'être invité sur l'Île privée de Richard Branson avec une trentaine d'entrepreneurs dont plus de la moitié sont dans Forbes. Je passe mes journées et mes soirées avec ces personnes toutes plus extraordinaires les unes que les autres, toutes dotées d'un état d'esprit hors du commun.

En les côtoyant et en échangeant avec elles 24h/24 j'ai remarqué un point commun. Elles sont animées par une seule et même envie :

CHANGER LE MONDE.

TOUTES.

Sans exception.

Chacun a une vision différente de ce changement et propose sa propre manière d'apporter sa pierre à l'édifice en fonction des projets de chacun. Néanmoins, leur objectif reste le même - changer le monde grâce à leurs actions.

Ni plus, ni moins.

Quand j'ai pris conscience de ce simple fait, je me suis dit qu'il n'y a pas de limite à nos rêves et qu'il faut toujours vouloir faire plus, toujours aller plus haut, plus loin et plus vite afin d'atteindre ses objectifs.

Depuis déjà plusieurs années, je regarde régulièrement les statistiques et les chiffres que réalisent les plus grandes multinationales (ainsi que ceux de mes mentors), telles que Apple, Starbucks, Tesla, McDonalds ... et je visualise ces chiffres en me disant à chaque fois : "Wow, mais Franck, tu es à des années lumières de cela, quand est-ce que tu vas te bouger le c** et passer à la vitesse supérieure ? "

Et BIMMM, le fait de regarder ces chiffres me rebooste à bloc, parce que même si ces chiffres me paraissent démentiels aujourd'hui, je sais pertinemment que ce sont ces chiffres là que je dois regarder par rapport à l'objectif de business que je me suis fixé : **rentre dans Forbes à 46 ans**.

Cerise sur le gâteau, je casse toujours un peu plus mes croyances limitantes quant au volume d'argent que certaines actions peuvent générer.

BIG IDEA



Si vous dites que vous voulez changer votre maison, vous changerez votre cuisine.

Si vous dites que vous voulez changer la rue, vous changerez votre immeuble.

Si vous dite que vous voulez changer le monde, vous changerez votre pays.

Comme l'a si bien dit Oscar Wilde, « *Il faut toujours viser la lune car même en cas d'échec on atterrit dans les étoiles* ».

Visez la lune, soyez ambitieux ! Vous serez fier(e) de vous, fier(e) d'être passé(e) à l'action.

Votre objectif doit résonner en vous tout le temps.

Si votre objectif est plus élevé que de faire un boulot alimentaire à vie, en gagnant un revenu minimum, en mangeant des patates tous les jours, sans pouvoir emmener votre famille en vacances, alors **visez plus haut** et ne vous contentez pas de choses médiocres **pour ne pas passer à côté de vos rêves !**

POST-IT



“Cela semble toujours impossible, jusqu’à ce qu’on le fasse !” - Nelson Mandela

TAKE ACTION



Regardez régulièrement les résultats des personnes qui vous inspirent, analysez leurs résultats, leurs actions, tous les éléments qu’ils ont mis en place pour atteindre ces résultats. Visualisez ces chiffres / réussites, imprimez-les et mettez-les en évidence au-dessus de votre bureau pour les garder constamment en tête.



10.

Ne vous arrêtez
jamais

HISTOIRE VRAIE



Quand avez-vous appris à marcher ?

Vous ne vous rappelez sûrement pas de ces moments magiques de votre tendre enfance, et pourtant... nous sommes tous passés par là...

Les premiers mois de votre vie...

Vous vous éveillez au monde...

Vous le découvrez avec une telle soif incroyable et une telle ferveur d'apprendre et de grandir...

Vous avez cette envie irrésistible d'avancer, de ne pas rester passivement là où vous ont posé vos parents...

Et un jour...

Vous passez à l'action.

Vous commencez d'abord sur le ventre, tel un militaire qui rampe, en avançant petit à petit, en vous aidant de vos coudes.

Puis vous passez à quatre pattes, pas très sûr de vous, vous avancez doucement, mais sûrement.

Puis vous vous aidez du canapé, d'une chaise, pour tenter de vous lever...

Vous tombez,
Vous re-tentez
Vous tombes encore ...

Puis, un jour, ça y est, vous êtes debout sans vous tenir, et hop,

Vous tombez à nouveau, encore et encore, sans savoir garder votre équilibre.

ENFIN, arrive le jour où vous faites un pas,

Puis deux pas vers vos parents,

Vous tombez encore et **vous vous relèvez aussitôt pour recommencer de nouveau.**

Jusqu'au jour où ...

Vous marchez...

Vous allez faire quelques mètres.

Puis quelques dizaines de mètres, puis une centaine.

Et aujourd'hui... vous MARCHEZ !

Vous êtes même capable de faire plus que ça...

Aujourd'hui vous êtes capable de faire mille fois plus que marcher !

Vous pouvez RECULER (pas dans votre business),

AVANCER (toujours)

SAUTER

et même... COURIR !

Combien de fois êtes-vous tombé(e) en moyenne avant d'apprendre tout ça ? (réfléchissez un instant)

Vous n'êtes pas tombé(e) 1 fois,

Vous n'êtes pas tombé(e) 2 fois,

Vous n'êtes pas tombé(e) 20 fois,

Vous n'êtes pas tombé(e) 200 fois avant de réussir à marcher ...

NON.

Vous êtes tombé(e) en moyenne près de 2.400 fois ...

Et vous n'avez jamais rien lâché même après ces 2.400 chutes en moyenne.

Imaginez, qu'aurait-il pu se passer si vous vous étiez arrêté(e) ?
Si vous aviez laissé tout tomber sans jamais recommencer ?

Difficile de l'imaginer hein ?!

Vous avez compris où je veux en venir ? *Ou il vous faut un dessin ?*

Et quand je dis "VOUS", je pourrais utiliser "on", on a tous oublié ces 2400 chutes. Imaginez où vous pourriez être ou ce que vous auriez pu accomplir si vous aviez tenté plus d'une ou 2 fois la plupart des choses que vous avez voulu faire et pour lesquelles vous vous êtes arrêté(e) après seulement 2 "essais" (même si je n'aime pas ce mot!)

BIG IDEA



Ne vous arrêtez jamais, même si vous devez avancer un tout petit peu !
Avancez !

On a tous cette force en nous depuis notre plus jeune âge.

Malgré les échecs, les difficultés, les challenges... même si ça fait mal...

Continuez juste d'avancer !

Pour une simple et bonne raison : c'est VOUS qui êtes à 100% responsable de
votre vie et de votre future vie.

Arrêtez de remettre les excuses sur les autres !

C'est à VOUS de prendre votre vie en main !

C'est VOUS qui décidez.

Je le répète encore une fois, ne vous arrêtez jamais !

POST-IT



“A chaque fois que vous abandonnez, c'est quelqu'un d'autre qui obtient
votre récompense” - Robert Kiyosaki

TAKE ACTION



Chaque fois que vous vous confrontez à une difficulté ou un challenge dans
votre vie, fermez vos yeux et faites ce voyage dans le temps pour retourner
aux premiers mois de votre vie. Imaginez-vous tomber, vous relever, tomber
et vous relever encore... **Cette force intérieure est en vous** et c'est elle qui va
vous permettre de **surmonter n'importe quel obstacle**.

“ OUR GREATEST GLORY COMES
NOT FROM NEVER FAILING, BUT
RISING EVERY TIME WE FALL.* ”

CONFUCIUS

* LA PLUS GRANDE GLOIRE N'EST PAS DE NE JAMAIS
TOMBER, MAIS DE SE RELEVER À CHAQUE CHUTE.



11.

Croyez en vous _____

HISTOIRE VRAIE



Avez-vous déjà visité un parc Disneyland ?

Ou avez-vous au moins vu un dessin animé Walt Disney ?

Walt Disney est sûrement l'une des personnalités les plus aimées et connues dans le monde et il a pu rendre heureux des dizaines de millions d'enfants grâce à ses créations.

Il est impossible d'imaginer que l'empire Disney aurait pu ne pas voir le jour, si son créateur n'avait pas un vrai *Mindset* d'entrepreneur à succès...

Quand il a parlé de son idée de création de parc d'attractions pour la première fois, personne n'a cru à son projet. Ses amis et son entourage étaient très sceptiques à cette idée, sans parler des banquiers qui se sont tout simplement moqués de lui. "Personne ne voudra payer une entrée chère pour faire plusieurs attractions ..." Walt Disney a frappé à la porte de nombreuses banques, pour entendre, à chaque fois la même réponse : NON !

Combien de refus êtes-vous prêt à essayer pour réaliser votre rêve le plus cher ? Pensez-vous avoir le même *Mindset* que Walt ?

L'histoire raconte qu'il n'a pas eu 1 refus ...

Ni 10 refus...

Ni 50 refus...

Ni 100, ni même 200...

Il en a eu exactement 301 !

301 REFUS ! 301 NON Monsieur !

301 "Vous êtes fou, ça ne marchera jamais ..."

301 "Mais quel imbécile, quelle idée de merde!"

MAIS... il n'a jamais abandonné.

Car il croyait en son projet.

Par dessus tout, il croyait en lui.

Et il a toujours cru au potentiel de son rêve.

Et à la 302ème banque, il a enfin pu obtenir un prêt pour financer ce qui deviendra le plus grand parc à thème de l'Histoire.

Imaginez ce que serait le monde, ou plutôt le monde des enfants sans ces parcs Disney, encore plus dingue à concevoir, sans les dessins animés et films Disney !

Pour ma part, je ne préfère pas y penser, tant ils ont bercé mon enfance. Encore plus même car mes parents avaient un vidéo-club. Oui, oui vous savez ces magasins qui n'existent plus... Il se peut même que vous n'en ayez jamais vu si vous faites partie de la génération Z !

BIG IDEA



Croyez en VOUS !

Car si vous-même, vous ne croyez pas en vous, QUI va croire en vous ?

Ne vous dénigrez jamais et ne vous sous-estimez pas.

Arrêtez de penser que votre savoir est insuffisant et ne sous-évalue jamais ce que vous êtes capable de faire !

Ou ce que votre *MINDSET* est capable de faire (surtout après la lecture de ce Mindest Hour ;)

Je vais vous faire découvrir la phrase que j'aime beaucoup et que je disais à toute mon équipe quand je faisais du MLM :

“Le “NON”, vous l’avez déjà, donc vous ne risquez que le “OUI” ! “

Cela me fait penser à des situations qu’on a tous vécu au moins une fois dans la vie, quand vous croisez une personne qui vous plaît et que vous n’osez pas aller la draguer.

Et par la suite, quand vous voyez cette personne dans les bras de quelqu’un d’autre, vous vous dites : “Mais quel con, mais pourquoi ne suis-je pas allé la voir, pourquoi ?

J’aurais pu tout simplement l’approcher, aller lui parler, lui offrir un verre ou aller courir avec elle/lui...

Pourquoi ne suis-je pas passé à l’action ?”

Évitez les regrets dans votre vie et crois en VOUS !

Tout est possible, il suffit d’y croire et ...

Vous ALLEZ RÉUSSIR.

POST-IT



"If you can dream it, you can do it" - Walt Disney

(en français : Si vous pouvez le rêver, vous pouvez le réaliser)

TAKE ACTION



Pour gagner confiance en soi, la meilleure chose à faire est de prendre conscience de ses qualités, tout simplement. Pensez à poser sur papier la liste de vos qualités... Faites en sorte d'être le plus honnête possible et n'hésitez pas à ajouter au fur et à mesure les qualités que vous vous découvrez, dès que quelqu'un de votre entourage vous complimente. N'hésitez pas non plus à les dire à haute voix, voire à faire cet exercice à 2, peut-être même avec la personne qui partage votre vie (ou même vos parents...).

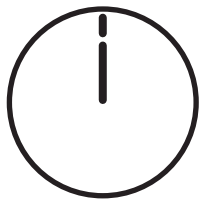
Vos notes _____

“ **SUCCESS IS WALKING FROM FAILURE TO
FAILURE WITH NO LOSS OF ENTHUSIASM.***

WINSTON CHURCHILL

”

LE SUCCÈS C'EST DE PASSER D'ÉCHEC EN ÉCHEC SANS PERDRE SON ENTHOUSIASME.



12.

Passez à l'action ! _____

HISTOIRE VRAIE



C'est l'histoire d'un mec qui s'est mis comme objectif de courir un marathon...

Il voulait se préparer dans les règles de l'art et prendre son temps pour pouvoir le faire dans les meilleures conditions possibles.

Il a mis plusieurs semaines à choisir les meilleures baskets après avoir fait le tour de nombreuses boutiques et comparé plusieurs modèles.

Il a ensuite commencé à réfléchir au meilleur équipement à avoir pour mesurer ses performances, après avoir dépensé des centaines d'euros pour son équipement, il a également acheté plusieurs applications.

Il a passé plusieurs semaines à chercher le meilleur coach qui pourrait le mener vers son objectif. Tout ça pour enfin enfiler sa tenue, mettre ses baskets, ouvrir la porte de chez lui et courir pour la première fois.

Après seulement quelques centaines de mètres il a réalisé qu'il n'appréciait pas du tout la course à pied !

Et pendant ce temps là...

Son voisin a déjà eu le temps de s'entraîner et faire le marathon de New-York avec son vieux short d'étudiant...

La morale de cette histoire est que si vous voulez courir un marathon, n'attendez pas !

Mettez votre vieux jogging et commencez à courir, même si vous devez courir pieds nus sur la plage ...

Mais n'attendez pas, **allez-y maintenant.**

Demain, il sera déjà trop tard !

BIG IDEA



Faites-vous à cette idée... Il n'y aura JAMAIS de bon moment !

N'attendez pas d'avoir un produit, un site, de l'argent, du temps. N'attendez personne, n'attendez pas un bon moment, n'attendez pas l'inspiration, ni la motivation.

Ne vous occupez pas de la marque du vélo, pédalez !

Et si vous voulez changer votre Vie, arrêtez de rester sur le banc de touche et de vous plaindre, arrêtez de procrastiner !

Si vous ne changez rien aujourd'hui, comment voulez vous obtenir un changement demain ...

PASSEZ à L'ACTION !

POST-IT



"Certains veulent que ça arrive, d'autres aimeraient que ça arrive et d'autres font que ça arrive." - Michael Jordan

TAKE ACTION



DO IT NOW !

Vos notes _____

“ ALL YOU NEED IS THE PLAN, THE ROAD MAP,
AND THE COURAGE TO PRESS ON TO YOUR DESTINATION.*
EARL NIGHTINGALE ”

*TOUT CE DONT VOUS AVEZ BESOIN C'EST D'UN PLAN, DE LA FEUILLE
DE ROUTE, ET DU COURAGE D'ALLER JUSQU'À VOTRE DESTINATION.



JE SUIS EN AVANCE ET JE PASSE À L'ACTION

COMMENT UTILISER CE MANTRA ?

Prenez une grande inspiration 🕒 Répétez à haute voix 3 fois (minimum) votre mantra

Durant votre MindsetHour, répétez cette combinaison plusieurs fois
pour vous recentrer sur vos objectifs et votre pourquoi.

Le son est la base d'un mantra, il est très important de le
réciter correctement pour qu'il puisse faire effet.

CODE DE LA PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE

« L'auteur d'une oeuvre de l'esprit jouit sur cette oeuvre, du seul fait de sa création, d'un droit de propriété incorporelle exclusif et opposable à tous. Ce droit comporte des attributs d'ordre intellectuel et moral, ainsi que des attributs d'ordre patrimonial ». Le code de la propriété intellectuelle définit donc deux composantes au droit d'auteur.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayant droit ou ayant cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque.

DES PEINES ENCOURUES POUR LE NON RESPECT DU DROIT D'AUTEUR:

Toute édition d'écrits de composition musicales, de dessins, de peinture ou toute autre production imprimée ou gravée en entier ou en partie, au mépris des lois et règlements relatifs à la propriété des auteurs, est une contrefaçon. Toute contrefaçon est un délit.

La contrefaçon en France d'ouvrages publiés en France ou à l'étranger est punie de deux ans d'emprisonnement et de 300.000 euros d'amende seront punis des mêmes peines le débit, l'importation et l'exportation d'ouvrages contrefaits.

AVERTISSEMENT :

Vous vous interdisez expressément de reprendre le contenu du guide mis à votre disposition pour le commercialiser ou commercialiser un guide similaire concurrent à celui de Franck ROCCA.

Vous reconnaissez expressément que toute violation de cette clause est susceptible de causer un préjudice financier à Franck ROCCA dont il peut solliciter l'indemnisation.

De plus, ce livre "Mindset Hour" a fait l'objet d'une déclaration auprès de la SACD en Mai 2018. En conséquent, tous les droits de ce livre et ebook appartiennent à Kalipseo ainsi qu'à son auteur Franck Rocca et gestionnaires.

Depuis nos bureaux de sophia antipolis,
la silicon valley française.



Merci pour votre lecture.

Je serai ravi d'avoir votre retour.

Merci de m'écrire à vip@propulser.business

Je m'engage à vous répondre personnellement.

P.S : Il se peut que j'y glisse une surprise.

A handwritten signature in black ink that reads "Franck Rocca". The signature is stylized with a large, sweeping "F" and a cursive "Rocca".



PROPULSER®

COACHING SUR-MESURE
POUR ENTREPRENEURS AMBITIEUX

Partagez un maximum sur les réseaux sociaux,
notamment Instagram (taguez-moi en story
@franck_rocca, je repartage les meilleures),
vos succès, vos résultats et SURTOUT
votre #MINDSET de folie !

Utilisez les hashtags suivants :

#MINDSETHOUR

#DOITNOW

#FRANCKROCCA

#PROPULSER



PAR FRANCK ROCCA