

L'attitude des Héros

SIGNIFICATION

Raviver la flamme qui nous anime

Fred Colantonio

Préfaces de :

Nino Colantonio

Joël Michiels

Carlos Vaquera



L'attitude des Héros

Table des matières

SIGNIFICATION - RAVIVER LA FLAMME QUI NOUS ANIME

Remerciements	7
Le mot de l'auteur	8
Préface de Nino Colantonio	17
Préface de Joël Michiels	19
Préface de Carlos Vaquera	21
<hr/>	
TROUVER CE QUI NOUS ANIME, UNE QUESTION UNIVERSELLE	25
Notre trajectoire idéale : le cœur de la Signification	31
“Que veux-tu faire quand tu seras grand-e ?”	33
Quel regard porterons-nous sur nous-mêmes ?	40
<hr/>	
POURQUOI DONNER DU SENS ET CROQUER LA VIE À PLEINES DENTS DÈS MAINTENANT ?	47
Pour donner du sens à nos actions et à notre existence	53
Identifions notre trajectoire idéale : trouvons notre fil rouge	53
<i>Connecter les expériences de notre parcours</i>	53
<i>Avoir la conviction que les liens s'établissent</i>	55
<i>Bien faire les premiers pas même si le chemin n'est pas entièrement tracé</i>	56
Reprenons les choses en main : choisissons la direction à prendre	57
<i>Relever la tête pour mieux avancer</i>	57
<i>Clarifier nos aspirations</i>	59
<i>Tester pour valider la direction</i>	60
Marchons sur notre propre route : écrivons le livre de notre vie	62
<i>Faire de notre échéance personnelle notre meilleure alliée</i>	64
<i>Déterminer l'empreinte que nous voulons laisser et son ampleur</i>	66
<i>Oser pour vivre ce beau roman, cette belle histoire : la nôtre</i>	70
Pour choisir nos priorités	73
Accordons la priorité à nos priorités : remplaçons l'important au cœur du temps	73
<i>Arrêter de courir après le temps</i>	73
<i>Etablir nos priorités</i>	74
<i>Remplacer la quantité par la qualité</i>	77
Mettons l'essentiel avant l'accessoire : apprenons à dire souvent “non” et quelquefois “oui”	79
<i>Intégrer nos priorités dans notre emploi du temps</i>	79
<i>Osciller entre concentration et attention</i>	83
<i>Déterminer quand dire “non” et quand dire “oui”</i>	85
Allons au fond des choses : veillons aux détails qui font la différence	87
<i>Plonger au fond des choses pour mieux les maîtriser</i>	88
<i>Prendre du recul pour choisir ce que nous regardons</i>	89
<i>Faire les choses sérieusement sans se prendre au sérieux</i>	94
Pour influencer nos convictions et notre environnement	97
Acceptons de prendre la mer et de tanguer : passons des certitudes aux convictions	98
<i>Délaisser le poids figé des certitudes</i>	99
<i>Prendre appui sur la force de nos convictions</i>	102
<i>Assumer le non-conformisme de nos convictions</i>	103
Soyons clairs sur nos intentions : précisons nos exigences personnelles	105
<i>Clarifier nos intentions pour mieux nous comprendre</i>	105
<i>Lever les écarts de perceptions</i>	109
<i>Élever le niveau de nos exigences personnelles</i>	110
Racontons notre histoire : inspirons ce que nous voulons vraiment	115
<i>Partager ce qui nous enflamme</i>	115
<i>Inspirer grâce à la gratitude</i>	117
<i>Faire l'éloge de la simplicité</i>	119

LES QUESTIONS À NOUS POSER	125
Quelles sont les 7 habiletés pour garder la flamme ?	126
Courage et confiance	127
Passion et plaisir	130
Aptitudes et travail	134
Chance	137
Qu'est-ce que la réussite ?	139
La signification que peut avoir l'argent	139
La signification du succès	141
La vie est un jeu de piste	144
Comment être les Héros de nos propres vies ?	145
<hr/>	
ET APRÈS ?	147
La Signification, socle durable de l'Inspiration et levier gagnant de l'Action	147
INDEX	148
Personnalités réelles ou de fiction citées dans ce livre	148
Principaux films cités	148
EXTRAITS DE BIBLIOGRAPHIE ET DE WEBOGRAPHIE	149
Eléments de bibliographie	149
<i>Ouvrages consacrés à un Héros en particulier ou écrit par l'un d'eux</i>	<i>149</i>
<i>Autres ouvrages et publications</i>	<i>149</i>
Eléments de webographie	150
TABLE DES MATIÈRES	152
NOTES PERSONNELLES	154



L'attitude des Héros