



Système de Priorités Intrinsèques

Trouver ton Alignement Suprême

Buts

Comment trouver la bonne direction ?

Comment toujours être motivée ?

Comment avoir l'envie de faire les actions inconfortables pour te développer ?

Comment hacker ton cerveau pour obtenir tous tes objectifs ?

Les Priorités Intrinsèques (PI)

On a tous une hiérarchie de priorités inconscientes.

Ta vie démontre lesquelles sont tes priorités.

Plus tu es dans tes priorités intrinsèques (PI) plus tu seras dans une motivation intrinsèque et plus les verbes que tu utilises seront :

- J'aime...
- J'ai envie...
- Je veux...

Et plus ça va être facile pour toi de passer à l'action : te transformer.

Les Priorités Basses

Plus tu es dans tes priorités basses, plus ta motivation va être extrinsèque : besoin d'une récompense extérieure.

Tu auras besoin de motivation (motif pour l'action) et les mots utilisés sont plutôt :

- Je dois...
- Il faut que...

Ça va te prendre beaucoup d'énergie, car tu te forces à le faire.



Plus on va vers les priorités intrinsèques (PI), plus nous sommes dans notre **telos, ce pour quoi nous sommes venus sur cette terre.**

Lorsque tu es aligné.e avec tes priorités intrinsèques (PI), tu as accès à 6 types d'émotions qui te portent :

- Amour
- Enthousiasme
- Certitude
- Gratitude
- Présence
- Inspiration

De plus, tu vas pouvoir accéder d'avantage à ton intuition, cette partie de toi qui est connectée et qui va te permettre d'accéder à une inspiration incroyable (écriture / choix / actions).

Tu n'auras plus de **peur** et plus de **doute**, car cela arrive uniquement quand tu n'es pas dans tes priorités hautes.

Et encore : plus tes objectifs sont alignés avec le telos, plus la probabilité de les atteindre augmente.

Plus la confiance et l'estime de soi augmente.

Alors, la grande question : "**comment je définis mon telos?**"

C'est assez simple: il faut juste se demander quelles sont les priorités hautes de ta vie.

Ta mission dans cette vie est la somme de tes priorités = c'est juste ce que ta vie actuelle démontre.

- o -

Et nous allons le découvrir maintenant en répondant aux 13 questions suivantes.
(merci à John F. Demartini)

A toi de jouer maintenant.

Prends ton stylo ou ton ordinateur et on y va !



1 - Donne 3 réponses à chacune de ces questions :

1. Comment est-ce que tu remplis ton espace ?

-
-
-

2. Comment dépenses-tu ton temps en moyenne dans les 6 derniers mois ?

-
-
-

3. Où dépenses-tu de l'énergie ? Qu'est ce qui te donne naturellement de l'énergie ?

-
-
-

4. Dans quels domaines es-tu la/le plus organisé.e ?

-
-
-

5. Ou est-ce que tu dépenses / investis ton argent ? *(regarde ton relevé de compte des 3 derniers mois, quelles sont les 3 choses qui reviennent le plus ?)*

-
-
-

6. Où es-tu la/le plus fiable ? *(quand tu dis que tu vas le faire, tu le fais)*

-
-
-

7. Qu'est ce qui domine tes pensées ? *(sur quoi es-tu le plus focus)*

-
-
-

8. Qu'est-ce que tu visualises le plus ? *(les 3 choses que tu imagines le plus dans le futur)*

-
-
-

9. Qu'est ce qui revient le plus souvent dans ton dialogue interne ?

-
-
-



10. Quels sont les sujets de conversation qui t'intéressent le plus avec les autres ? *(les sujets qui te passionnent le plus)*

-
-
-

11. Qu'est ce qui t'inspire ? *(3 choses qui t'amènent des larmes d'inspiration)*

-
-
-

12. Quels sont les objectifs que tu as depuis toujours et que tu continues d'avoir ? *(quels sont les 3 rêves que tu as toujours eu ?)*

-
-
-

13. A propos de quoi est-ce que tu aimes apprendre et/ou lire ?

-
-
-

2 - Classement des réponses

Félicitations, tu as répondu à toutes les questions !
Tu as donc maintenant 39 réponses (13 fois 3 réponses).

A - Maintenant je te prie de classer et regrouper ces réponses par catégories.

Identifie entre 3 et 6 catégories.

Exemples de catégories : Sport / dépassement de soi, Famille, Découverte de l'être humain / développement personnel, Développement de mon business, Bien être, Amusement, Nature

-
-
-
-
-
-

B - Maintenant que tu as tes catégories, classe-les en fonction du nombre de réponses

1.
2.
3.
4.
5.
6.



Félicitations!

Ces catégories sont tes priorités intrinsèques (PI) et tu les as déterminées !

3 - Crée tes priorités les plus inspirantes

Qu'est ce qui est le plus importants pour toi ?

En t'inspirant de tes réponses aux 13 questions, écris maintenant tes 3 priorités intrinsèques les plus inspirantes.

Il est nécessaire d'être **très** précis.e dans la rédaction de tes priorités intrinsèques.

Plus tu seras précis.e et plus tu comprendras ce qui fait réellement **du sens pour toi**.

- o -

Mes priorités intrinsèques

1.

2.

3.