

Les 4 domaines
Les plus importants de la vie

LEVRAIMILLIONNAIRE

SOMMAIRE

Pourquoi tu devrais lire ça?

Esprit

Mentalité/mindset

Nutrition et sport

Economie

POURQUOI TU DEVRAIS LIRE ÇA?

Des temps difficiles approchent, de plus en plus le pont entre la richesse et la pauvreté est plus grand, de plus en plus le monde est plus contrôlé, noyé par les distractions absurdes du système et c'est de plus en plus dur de réussir les objectifs qu'on se marque. Il y a un ÉNORME manque de personnes qui maîtrisent les 4 domaines de la vie dont on va parler ici.

Maîtriser ces domaines va te faire passer à un autre niveau, te démarquer et forcément gagner. On va t'expliquer comment fonctionne le jeu.

Le système te contrôle à travers les peurs, de cette façon il arrive à te contrôler et faire avec toi ce qu'il veut. C'est pourquoi tu dois savoir qui tu es, quelles sont tes peurs et en quel aspect améliorer. Dominant ces 4 fondements le système ne pourra pas avec toi. Peu importe où t'es dans ce moment ni ta situation, ce qui importe c'est que tu commences à agir, que tu prennes le contrôle de ta vie pour pouvoir sortir de la roue du système et pour commencer à décider qui est-ce que tu veux être et où est-ce que tu veux être.

Notre objectif avec ce mini Ebook est de vous aider à commencer à renforcer chacun de ces 4 domaines.

On a remarqué que dans la recherche du succès et de la joie, beaucoup se centrent que dans un seul domaine de sa vie, et laissent complètement de côté les autres, alors qu'ils sont PAREIL d'importants.

Imagine ces 4 domaines comme les pieds d'une table: Si un pied est bancal ou casse, la table ne tient plus debout, elle perd son équilibre. La vie c'est pareil, un équilibre, tant que tu comprends pas ça et que tu travailles pas sur ces 4 fondements, t'atteindras jamais une vraie prospérité et un vrai bonheur. Voici ces 4 domaines:

L'esprit, l'âme (mentalité), le corps et l'économie

On est Emmanuel et Alejandro, deux frères comme tout le monde. La seule différence entre nous et les autres, c'est qu'on refuse de nager dans la même direction que le monde et grâce à ça on a toujours réussi à atteindre tout ce qu'on voulait. Quand on demande à un proche ce qu'il pense de nous, souvent la réponse est qu'on est fous. C'est justement celle qu'on attends.

On vient d'une famille complètement détruite. Très jeunes on nous a séparés, Alejandro a dû partir en France et Emmanuel est resté en Espagne, là où on est nés. À l'époque, c'était notre plus grande souffrance, Aujourd'hui, on voit ça comme notre plus grande bénédiction, grâce à ça on est devenus des personnes plus fortes que le titane même. Notre lien est devenu incassable et, depuis qu'on s'est retrouvés, plus rien peut nous arrêter.

Au fil du temps on est sortis d'addictions très profondes, de relations toxiques amoureuses et amicales, construit notre meilleur physique, élevé notre spiritualité à un niveau incroyable, développé un mental de guerrier gladiateur et atteint économiquement beaucoup de ce qu'on s'était proposés

Moi Emmanuel, je suis passé d'une profonde dépression, d'addictions et d'une vie dans l'ombre après la destruction de ma famille... à atteindre le plus haut niveau dans la sécurité privée à Paris et en Suisse, à travailler pour l'une des plus grandes bijouteries du monde, puis à monter ma boîte de transport en Espagne, et aujourd'hui, à lancer une académie de développement personnel dans laquelle on enseigne les personnes à s'aligner avec Dieu, s'aligner avec leur mission de vie et construire leur meilleure version.

Moi Alex, à 19 ans, j'avais tout ce que je pensais être le bonheur : l'argent, le luxe, les plaisirs... Mais sur ce chemin j'ai compris que le vrai bonheur il n'est pas là. J'ai compris que mon entourage, mes habitudes, ma vie... rien n'était aligné avec la personne que je voulais réellement être. Alors j'ai fait un changement radical, j'ai lâché mes addictions, coupé le lien avec les gens qui me tiraient vers le bas et laissé tomber tout ce qui ne m'aidait

pas à avancer. Aujourd'hui, j'ai construit la vie de mes rêves, avec Dieu au centre, et avec un seul but : aider les autres à atteindre leur plein potentiel.

C'est l'heure de prendre le contrôle et de transformer ta vie, de l'intérieur vers l'extérieur.

Celui qui prend soin et pousse au maximum ces 4 domaines, c'est lui qu'on appelle LE VRAI MILLIONNAIRE !



QUE LE JEU COMMENCE!

ESPRIT

On aimerait vous expliquer ce qu'est la spiritualité, pourquoi c'est essentiel pour nous de la développer dans nos vies, et comment a été notre expérience avec/sans Dieu.

On veut commencer par la définition d'être heureux. Être heureux, c'est trouver ce que tu as toujours cherché. C'est trouver la somme de tout ce dont ton cœur a besoin. C'est ressentir la paix, la joie et l'amour.

Et pourquoi on vous dis ça ?

Parce que c'est exactement la définition de Dieu.

On est absolument convaincus que le monde (la Matrix) nous veut éloignés de Dieu et ça c'est positif car la Matrix essaye que d'attaquer et détruire tout ce qui est vrai et qu'elle ne veut pas qu'on sache. L'un des pires ennemis du bonheur, c'est la dopamine. La dopamine remplace et détruit la sérotonine (l'hormone du bonheur). Il suffit d'observer comment les grandes industries en abusent, on est exposés à des niveaux de dopamine extrêmes en permanence, ce qui nous rend anxieux, dépressifs... ce qui pousse des millions de gens vers les médicaments. Et devinez quoi? L'industrie pharmaceutique est l'une des plus grandes puissances dirigeantes de la planète terre, tout ça Jésus nous l'avait déjà prévenus il y a plus de 2000 ans.

Nous pouvons observer combien il est dangereux de vivre sans rien mettre en question.

Pourquoi le système voudrait nous éloigner de notre spiritualité ?

Par peur de perdre le contrôle sur nous. Jesus nous dit “Si vous restez proche de moi vous connaîtrez la vérité et la vérité vous rendra libres” (Jean 8:32)

Quand tu prends le contrôle de ta vie tu commences a te réveiller, a t'éloigner chaque fois plus de tout ce qui te domine, ce qui te détruit et tu commences a te rapprocher chaque fois plus de ce qui te fais te sentir bien, ce qui te construit.

Et ça, le système ne peut pas se le permettre. Sinon, leur jeu s'arrête.

On peut voir des exemples partout, Dans les aliments, dans le lien entre l'industrie agroalimentaire et l'industrie pharmaceutique, politique etc... Allume la télé et vérifie par toi même. Matérialisme, luxure, hypocrisie, absence totale d'amour entre les gens, peurs, etc. Le système le permet, c'est nécessaire pour te dominer.

Tout ça est programmé dans ton subconscient, et après on agit en conséquence de tout ce qu'on voit et consomme.

C'est écrit dans la bible, tout ce qui semble bon sur Terre est mauvais dans le ciel, et tout ce qui est bon dans le ciel semble mauvais sur terre.

Tout ça on te le raconte pour que tu prennes conscience mais PEU IMPORTE!! Car rien d'externe ne peut déterminer ton destin! Ne te focalise pas sur ce qu'ils veulent essayer de faire avec le monde ou avec toi car seul Dieu peut réellement déterminer ton destin et la bonne nouvelle c'est que tu es co-créateur avec Dieu de ton destin.

Et maintenant, après ce réveil de conscience, on veut vous présenter Dieu.

Le seigneur est le créateur, et tout ce qu'il fait a un but.

On peut voir l'essence de Dieu dans la nature, la diversité, les couleurs, la beauté, l'organisation, la sagesse, la créativité... et comme ça avec une infinité de choses. La bible dit:

- La création révèle la gloire du Créateur -

Par conséquent on est son œuvre et on est tous créés avec une mission.

Depuis notre expérience, toutes les fois que dieu s'est manifesté est de façon naturelle, très sensationnelle et il n'y a jamais eu aucune situation étrange ni paranormale. Ce sont des sensations internes ou des signes dans la nature qui captent ton attention, tu ressens que c'est Dieu.

Ça c'est l'une de nos expériences:

On a fait un jeûne de 4 jours seulement de l'eau, pendant des prières très intenses sont apparus dans le ciel deux jours de suite 4 arcs-en-ciel, l'arc-en-ciel a une signification très importante, ça veut dire que dieu ne détruira plus ta vie, que tu as appris ce que tu devais apprendre, et que des temps de reconstruction et de bonheur arrivent.

Tout ça s'est passé pile à un moment très important de nos vies, on venait de se retrouver, après 7 ans, on était de retour en Espagne et une nouvelle étape dans nos vies commençait. Pour nous c'était impossible que ce soit une coïncidence.

Une autre de nos expériences ça a été un incroyable Miracle qu'on a vécu à Miami qui est filmé dans la chaîne YouTube: Levraimillionnaire ainsi que la guérison de notre mère d'une tumeur impossible à extirper dans son utérus après 10 ans de traitements et des dizaines de médecins et preuves. Un jour le seigneur lui a dit: tu es saine. Elle a arrêté les médicaments par foi et elle devrait être morte il y a 7 ans normalement car la maladie l'aurait tuée en quelques mois... ça fait 8 ans de ça et elle est complètement saine.

La gloire de dieu on peut la voir aussi en Jésus son fils, Jésus est la lumière de la gloire de Dieu, il est venu sur terre pour nous montrer à quel

point il est grand. Il nous a laissé un guide pour qu'on puisse le comprendre et suivre ses pas, la Bible.

- Vivre pour la gloire de Dieu, c'est le plus grand accomplissement qu'on puisse atteindre dans nos vies. -

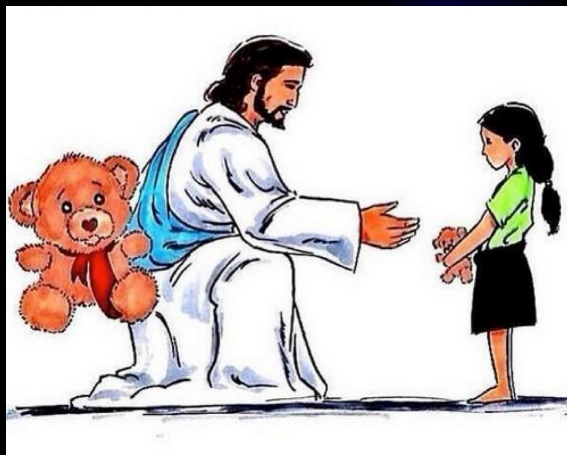
Beaucoup de personnes sur le fait de lire ça se braquent et refusent d'écouter, ne vous inquiétez pas, nous aussi ça nous était arrivé, c'est normal. Quand on n'a pas encore assez travaillé sur notre ego, on a du mal à accepter qu'il y a plus grand que nous, c'est un processus lent. on en parlera dans la partie mentale

C'est dieu celui qui transforme notre cœur, la seule chose qu'on doit faire si on veut le connaître c'est nous rapprocher de lui. C'est un dieu de liberté et il n'obligera jamais personne à se rapprocher ni croire en lui. Si quelqu'un t'oblige ou t'insiste beaucoup, sûrement cette personne ne veut pas que tu grandisses spirituellement mais ton argent. Augmente la garde!

Une façon de le glorifier est de chercher et accomplir notre mission ici en terre, comme l'avait fait Jésus. Regardez la nature, tout accomplit le but pour lequel il a été créé, cherchez par exemple quel impact aurait si les abeilles disparaissaient.

De la même façon, Dieu nous a tous créés avec un but. Et quand on accomplit ce but, on le glorifie et égoïstement parlant on se glorifie aussi! Imagine un poisson qui est sur l'herbe, ou un oiseau qui essaye d'être sous l'eau, aucun des deux a l'air très à l'aise dans ton imagination non? Et bien c'est exactement pareil avec nous, lorsqu'on s'aligne avec notre mission on est massivement bien mais si on prends notre chemin et ce n'est pas en lien avec notre mission on est comme le poisson sur l'herbe... massivement angoissés et sans paix.

C'est comme ça que dieu agit, quand tu lui donnes sans attendre recevoir rien en échange il te surprends avec beaucoup plus de ce que tu lui as donné



Imagine que tu inventes quelque chose et que ça fonctionne parfaitement, tu serais fier de ton invention, non ? C'est pareil avec Dieu et nous, quand on fait ce pour quoi on a été créés, on le glorifie énormément.

Souvent on tourne en rond, on essaie différents métiers, différentes études etc et on se sent jamais pleins, c'est jamais assez, on pense que c'est le salaire, les collègues de boulot mais non. Dans la plupart des cas, c'est juste qu'on n'a pas été créés pour ça, tu n'est pas entrain d'accomplir ton appel, l'appel pour lequel t'as été crée dans cette terre par Dieu.

C'est pour ça que dans ces moments-là, il faut savoir **S'ARRÊTER**. **S'ARRÊTER** complètement, se rapprocher de Dieu et découvrir notre vrai but dans cette vie. C'est ce qu'on t'aide à faire dans Levraimillionnaire Academy à travers un boulot mental et physique pour remuer toutes les peurs et limitent qui t'empêchent d'agir vers la bonne direction.

Une fois que tu l'as trouvé, peu importe ce que tu fais, peu importe les sacrifices, tant que tu avances vers ce qui te rend heureux.

La Bible dit :

“Offrez-vous à Dieu comme des êtres qui sont morts et revenus à la vie, Offrez-lui votre corps comme un instrument pour faire ce qui est bien.”

C'est le moment où tu reconnais Jésus comme ton seigneur et sauveur, et t'arrêtes de vivre pour toi. Ça paraît fou ? Ça paraît extrémiste et radical?

Nous aussi on le pensait. Jusqu'à ce qu'on a réalisé qu'après avoir accompli tout ce qu'on s'était proposés sans trouver le véritable bonheur, cette **paix** se trouve que a cote du père céleste.

Aucun père veut le mal pour ses enfants, **QUE PERSONNE TE MENTE**, Dieu n'est pas une religion c'est une relation. Il est amour, paix, joie, abondance et mil choses en plus.

Tu dois avoir la foi y faire confiance pour qu'il te mène par le chemin correct, ou tu ressentiras la véritable plénitude. Ce qu'ont en commun absolument toutes les personnes qui ont une vie pleine c'est: **LA FOI**
On pourrait écrire un livre d'un million de pages rien que sur la spiritualité mais on va s'en arrêter la car pour réellement élever ton niveau spirituel il va falloir aussi travailler sur les autres domaines de ta vie.

MENTAL

On pourrait dire que celui la est le sujet le plus compliqué et important de tout le mini ebook, vu que par la mentalité tout commence, même la décision de te rapprocher de Dieu. Le mental est tout, ça peut te mener a la plus profonde pauvreté ou a la richesse absolue, tout dépend de la façon dont tu le soignes et le travailles. Ton mental est ce qui va te permettre d'accomplir et d'atteindre tes objectifs et de devenir la personne que tu admires et respectes.

Pour faire du sport, il faut de la discipline.

Pour entreprendre de grands projets, il faut du courage.

Pour éliminer tes mauvaises habitudes, il faut de la constance.

Pour t'éloigner de ton entourage qui te tire vers le bas, il faut de l'amour-propre.

Tu te rends compte ?

Tout commence par travailler ta mentalité, et ensuite ce que tu veux deviendra réalité. (t'as quiffé la rime aih;) Non ce n'est pas chat GPT c'est bien nous qui avons écrit ce Ebook de la A à la Z)

Mettons quelque chose au clair, le travail n'est pas de l'extérieur vers l'intérieur, mais de l'intérieur vers l'extérieur.

Ton monde extérieur est le reflet de ton monde intérieur.

Notre monde intérieur on le travaille à travers de la sagesse, c'est le trésor le plus précieux qu'on possède (proverbes 8:11). Avec elle que on va créer la vie qu'on rêve, le physique qu'on rêve, la discipline, le courage, une relation avec Dieu indestructible et une infinité de choses en plus.

Un exemple:

C'est quoi qui rends réellement une personne millionnaire, son argent ou la sagesse que cette personne a acquis pour faire tout cet argent?

La sagesse.

Un exemple plus facile à comprendre est avec le physique. Tu nous connais, tu vois nos corps? On les a construits de 0. Imagine demain par magie on se réveille obèses ou mega maigres, tu penses qu'on mettra combien de temps à reconstruire des physiques d'élite? Je te réponds bro: pas beaucoup de temps. On a un corps d'élite car on a la sagesse de construire mais surtout maintenir un corps d'élite pas à cause du simple fait d'avoir ce résultat externe.

La sagesse nous vient de tous nos apprentissages, de nos erreurs, de nos victoires, voyager, lire ...

La meilleure chose c'est que jamais personne ne pourra te l'enlever car appartient à ton cerveau c'est impossible de te voler tes connaissances et expériences.

Ta sagesse est ton bien le plus précieux, c'est ton TRÉSOR.

Une chose tres sage que tu peux faire est celle d'apprendre des erreurs des autres. Mon frère Emmanuel a 26 ans, moi 21. Je me suis économisé énormément de conneries et d'années perdues grâce a l'écouter sur certaines choses et ne pas avoir le besoin de commettre moi l'erreur. C'est pour ça qu'un bon coach est si important car il va raccourcir ton chemin, il t'économise du temps et de l'argent aussi si t'as la sagesse d'appliquer ce qu'il te dit bien-sur.

Pour construire la personne qu'on rêve d'être, on doit affronter 3 ennemis qui nous accompagnent constamment et on a besoin de la sagesse pour les affronter.

Le premier et plus grand ennemi c'est nous-mêmes, nous sommes notre plus grande limitation. Nos peurs, orgueil, expériences passées et les opinions extérieures conditionnent nos pensées, nous limitent et nous empêchent de voir au-delà de l'énorme mur invisible qu'on a construit dans notre tête.

Commencer par éliminer la pensée "JE NE PEUX PAS " est une tres bonne option, on pourra enfin regarder au dessus de ce mur. Derrière on verra un éventail de nouveaux horizons qu'on aurait jamais imaginé voir. Tout ce qu'on voyait comme des limitations, on le verra maintenant comme des défis pour améliorer et nous dépasser.

Le deuxième grand ennemi est ton entourage.

Imagine un enfant qui joue au touche touche et la mère est tout le temps derrière le gamin entrain de lui dire qu'il fasse attention qu'il se fasse pas mal, a la fin l'enfant il va en avoir marre et n'aura plus envie de jouer et perdra.

La même chose arrive quand on veut faire quelque chose de grand ou différent, tes proches vont te dire que c'est impossible et ils vont te transmettre ses peurs quand tu leur parlera de tes projets, c'est comme une chaîne a tes pieds ça, coupe la et écoute que a la personne qui est dans la position que tu aimerais être ou qui est dans le chemin de la croissance. Tu te libéreras de beaucoup de limitations.

Dieu va mettre des désirs dans notre cœur, parfois très ambitieux, que beaucoup ne réaliseront jamais par peur ou à cause d'écouter des personnes qu'ils ne devaient pas écouter.

La seule chose qui te sépare de la vie de tes rêves, c'est toi même!

Il y a une phrase qu'on adore et qui dit :

"Vaut mieux la plus petite action que la meilleure intention."

Ça veut dire AGIS! Pense moins et AGIS PLUS! souviens toi:

-TROP DE RÉFLEXION TUE L'ACTION!-

Cette règle s'applique à tout dans la vie, les gens planifient et planifient mais n'accomplissent jamais rien par peur ou excuses.

Toutes les bonnes choses dans cette vie prennent leur temps! Il faut plus de temps pour construire une Ferrari qu'une dacia, c'est pareil avec tout. Les autres ils iront sûrement dans leur dacia avant que toi dans ta Ferrari, et ils te traiteront de fou parce que tu ne fais pas comme eux. Ce qu'ils ne savent pas c'est que t'es entrain de construire une Ferrari, quand tu l'auras terminée et qu'ils la verront, ils te demanderont alors comment faire ou diront que tu as eu de la chance. Ne te laisse pas frustrer et garde les yeux fixés sur la Ferrari.

Préoccupe toi de mettre le boulot aujourd'hui, d'apprendre de tes erreurs, de rectifier tes mauvaises habitudes et de mettre Dieu en premier dans l'équation, parce qu'avec lui, c'est la seule façon de trouver la paix au milieu de l'orage, non-seulement la paix mais le guide surnaturel.

En dernier, l'orgueil et l'ego sont notre troisième grand ennemi, et pour certains, le plus grand.

L'orgueil nous empêche de nous juger, et de reconnaître nos erreurs, ce qui veut dire qu'il est impossible de les solutionner et d'améliorer.

Métaphoriquement, disons que l'orgueil "est comme un diamant recouvert de poussière et de saleté, et tu refuses d'accepter qu'il a besoin d'être nettoyé, tu continueras à penser qu'il brille comme toujours, même si en réalité il est opaque. Seulement à travers l'humilité tu peux reconnaître qu'il n'est pas dans son meilleur état, alors tu peux le nettoyer et lui rendre son véritable éclat.

De la même façon arrive avec l'orgueil, si tu n'est pas capable de voir tes défauts et les accepter, tu pourras jamais te polir et t'améliorer.

L'humilité est le chiffon qui nettoie le bijoux que tu es réellement.

**-LE TEMPS QUE T'EMPLOIE A NE PAS RECONNAÎTRE UNE ERREUR,
C'EST LE TEMPS QUE TU PERDS POUR LA SOLUTIONNER-**

Tatoue cette phrase dans ton cerveaux

L'orgueil démesuré d'une autre partie nous empêche d'apprendre des autres, on pense tout savoir.

L'orgueil et l'ego vont de la main, ils peuvent être positifs si tu les contrôles, et négatifs si ils te contrôlent. C'est comme si t'es dans un avion, t'es le pilote et tes sentiments les copilotes (dans ce cas l'orgueil et l'ego), pendant que tu gardes le contrôle de l'avion, ils te sont de grande aide pour piloter, maintenant, si les copilotes prennent le contrôle, l'avion finira sûrement par s'éclater.

Si nous voulons être un vrai millionnaire, nous devons cultiver l'humilité et la sagesse, contrôlant l'orgueil et l'ego et essayant toujours d'agir le plus possible depuis l'amour.

L'ordre des 3 grands ennemis va dépendre de la personne, dans l'académie on offre un traitement plus individuel et personnalisé. Tu peux nous envoyer un message sur Instagram avec le mot "GAGNER".

CORPS

C'est essentiel de prendre soin du corps, appart des raisons évidentes du besoin pour notre corps d'être en bonne santé, en prendre soin va aussi nous créer une confiance en nous-mêmes que nous n'aurions jamais sans le faire.

Comme on a vu avant dans la spiritualité, on glorifie Dieu en accomplissent notre mission ici en terre, de la même façon on le glorifie en prenant soin de nôtre corps, le corps est le temple de l'esprit, c'est vraiment important d'avoir la façade et l'intérieur du temple propres, ça on le fait a travers de la nutrition, du sport, du sommeil et de ne pas pêcher.

“Vous savez pas que votre corps est le temple de l'esprit saint? [...] glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit”. Corinthiens 6:19-20

Et comment on peut commencer a prendre soin de notre corps?

Nous allons devoir implémenter 3 choses: le sport, l'alimentation et le sommeil. Essentiels pour se sentir pleins d'énergie durant la journée, être en bonne santé, pouvoir donner a notre famille une meilleure qualité de vie (pas être tout le temps malades), etc.

Commençons par le sport!

Nos entraînements en majeure partie sont de force (salle de sport) et c'est ce que nous savons et adorons faire, mais absolument tous les sports sont valables, tu dois trouver ce qui te plaît. (tennis, running, vélo, sport de combat...)

Si t'aimerais t'entraîner a un sport de force, on te conseille de t'inscrire a une salle de sport. Commencer a la maison est une bonne option que si tu as un grand engagement envers toi-même. Quand on fais un investissement d'argent, en général, l'engagement augmente. En plus, être entouré d'un environnement sportif booste ta motivation et te permet de créer de très bons contacts.

Si tu choisis une autre discipline on conseille d'entraîner 2/3 jours par semaine cette discipline (velo, lutte etc) et compléter les jours manquants avec des entraînements de force, c'est le sport que tout le monde combine pour améliorer dans leur discipline.

Nous, nous allons nous focaliser dans le sport de force.

Pour les débutants nous commencerons par faire pendant 2 semaines des routines "full body", cela permet de se familiariser avec la salle et que le corps commence à s'habituer au sport. Très important, ne cherche pas à mettre beaucoup de poids, car les courbatures vont être insupportables et tu n'auras plus envie de t'entraîner, sois patient.

Après cette période d'adaptation, nous commencerons à nous entraîner avec un programme appelé "push, pull, legs" Nous conseillons de s'entraîner 5 jours par semaine minimum.

L'entraînement que nous suivons.

Push : pectoraux, épaules, triceps

Pull : dos, biceps

Legs : jambes

Nous ferons des exercices de 3 à 4 séries et de 8 à 12 répétitions en augmentant le poids pour arriver à l'échec.

Nous privilégierons la qualité à la quantité, il est préférable de faire l'exercice avec moins de poids, mais lentement et bien qu'avec trop de poids et mal. Ne t'inquiète pas pour le poids au début, l'objectif est d'arriver à l'échec, peu importe le poids. Au debut a la salle je levais 20kg dans développé couché et j'étais à deux doigts de me faire caca dessus, maintenant je fais mes series avec +100kg donc comme on te dis ne te focalise pas sur le poids au debut car ça change vite.

À la fin de chaque entraînement, il est très important d'étirer correctement la zone que nous avons travaillé, ça va nous aider à progresser plus rapidement et à ne pas perdre en agilité.

IMPORTANT!!!!

Nous voulons te lancer un défi !! Un défi où en 40 jours nous transformerons ton corps, ta mentalité et ton esprit.

Durant ces 40 jours, nous nous focaliserons sur nous-mêmes, sur l'élimination des mauvaises habitudes, des pensées limitantes, sur le fait de commencer à bâtir un bon physique et de nous rapprocher de Dieu!!

Si tu souhaites obtenir plus d'informations sur le défi 40LVM, contacte-nous par Instagram avec un message "Je veux commencer le défi" et nous programmerons un appel pour commencer à gagner ensemble! (le défi nécessite un investissement économique, c'est essentiel d'investir en toi pour réellement progresser rapidement car avec l'investissement tu t'engages massivement et c'est la seule chose qui compte: ton engagement a construire une vie de succès)

On vous laisse ici notre changement physique depuis qu'on a décidé de nous éloigner de tout ce qui nous détruisait et qu'on s'est rapprochés a ce qui nous construisait



On continue avec l'alimentation! L'alimentation est le 80%, c'est sans aucun doute le plus important, cruciale si tu veux te sentir bien, performer au maximum et voir des résultats incroyables assez rapidement.

Il n'y a aucune difficulté, tout le monde peut le calculer. Une alimentation se calcule selon les "macros" (macro nutrients) que notre corps a besoin chaque jour, selon notre activité physique, poids, taille et âge. Pour calculer les macros vous avez la formation gratuite ou dans Levraimillionnaire Academy tu pourras retrouver une formation totalement détaillée sur la nutrition et l'entraînement avec tous nos secrets et techniques pour manger et entrainer correctement. De plus si t'accèdes a l'académie avec l'option travail 1-1 alors moi Alexandre me chargerai personnellement de te faire ton plan nutritionnel et d'entraînement personnalisé et te faire un suivi pour maximiser tes résultats.

On conseille vraiment d'éliminer toutes les tentations a la maison: le sucre et les aliments industriels.

En denier, le sommeil est vital pour se sentir en forme et performer toute la journée, dormir entre 6 et 8 heures par nuit est parfait, ne dors pas moins de 6h et ne dépasse pas 8h, car tu te sentiras sans énergie dans les deux cas. Quand vous changerez votre alimentation et vos mauvaises habitudes vous n'aurez pas besoin d'autant d'heures de sommeil, moins de déchets tu consommes, et plus reposé tu te sentiras en moins de temps de sommeil.

Très important, couche-toi tôt et lève-toi tôt, même les week-ends. Ton corps est une horloge, il fonctionne en fonction des heures du soleil, si tu fais tout bien durant la semaine mais que le week-end tu te détruis, ça ne sert à rien, tout l'effort de la semaine jeté a la poubelle.

Ce qui est merveilleux quand tu te lèves tôt sans jamais rater, c'est que ça va renforcer ta mentalité et ta discipline. Si tu le fais comme nous en consacrant les premières heures de la journée a Dieu, ça va te rapprocher énormément de lui. C'est un grand sacrifice qui plait a dieu. Pour nous, Dieu est la priorité, donc on le mets en premier dans notre journée.

Maintenant que tu sais tout ça, tu n'as plus aucune excuse pour ne pas mettre le boulot!

Si tu pensais déjà que cet ebook est incroyable, le dernier sujet est la cerise sur le gâteau.

On va débloquent ta mentalité de vrai millionnaire! Let's go!!

Économie

Nous voulons clarifier une chose très importante avant de commencer.

L'ARGENT EST UN OUTIL !

L'argent, c'est un peu comme tes bras. Tes bras sont un outil pour ta vie, plus ils sont forts, plus tu peux soulever du poids et accomplir des choses, mais tu ne vis pas pour tes bras, tu ne passes pas ton temps à penser en eux. Si tu veux les renforcer, tu fais du sport, tu manges bien, tu apprends à éviter les blessures, et par conséquent , ils deviendront plus forts avec le temps. Ton focus n'est pas sur tes bras, mais sur ce que tu dois faire pour les renforcer.

Les gens avec une mentalité pauvre se focalisent sur l'argent par peur de le perdre, ce qui les fait le perdre. Ton corps, par instinct fuit ce qui lui fait peur, il active le mode survie et s'éloigne tout seul, encore une fois, tout revient au même, le travail n'est pas dans l'avoir mais dans l'être, tu auras autant que tu es.

Commencer a changer la mentalité pauvre est vraiment important, voici quelques exemples de la façon dont pensent les pauvres

- l'argent est la solution à tous leurs problèmes.
- Ils ne cherchent pas à apprendre, juste à travailler plus pour gagner plus.
- Ils pensent que Dieu ne veut pas qu'ils soient riches
- Ils peuvent avoir un bon salaire, mais dépensent tout ou préfèrent « l'économiser » au lieu de l'investir (peurs).
- Ils voient les riches avec du ressentiment ou comme des « chanceux ».
- Ils pensent que la richesse est une question de chance, d'héritage ou de corruption.

Comment pense une mentalité riche ?

- Ils comprennent que l'argent est un outil, pas un objectif final.
- Ils l'utilisent pour investir en eux-mêmes
- Ils achètent du temps et de la liberté, pas seulement des biens matériels.
- Ils se concentrent sur travailler sur ce qui les passionnent au lieu de juste échanger leur temps contre un salaire pour faire ce qui les passionnent en dehors des heures de travail.
- Ils se réjouissent des réussites des autres et motivent les personnes à faire des grandes choses aussi.

Mais surtout! Le principe économique que tu dois massivement rentrer dans ta tête c'est: " Cherchez d'abord le royaume de Dieu et ce que Dieu demande. Il vous donnera tout le reste en plus." Mathieu 6:33

Dieu est le Roi de l'or et de l'argent, la planète terre lui appartient et il te donne absolument tout au moment parfait. Lorsque le verset te dit "ce que Dieu demande" ça veut dire que tu suives la direction que Dieu te donnera et au moment parfait il te donnera quoi? TOUT LE RESTE EN PLUS.... TOUT! Dieu est un Dieu d'abondance et il veut que tu sois abondant mais t'as deux façons de créer de la richesse: Avec Dieu ou sans Dieu. Si tu la construis sans Dieu tu finiras dans un vide incompréhensible essayant de le combler avec des voyages, achats, vices etc etc. Si tu la construis avec Dieu c'est souvent un chemin un peu plus long mais cette richesse viendra avec joie et bonheur dans ta vie car " la bénédiction de Dieu enrichit une personne et elle n'y ajoute aucune peine" proverbes 10:22.

Ce qu'il ne faut pas maintenant c'est penser "oh Dieu va me donner les choses au moment parfait alors je fais rien" comme les spirituels plébéiens pensent. Toi tu dois semer pour récolter!

La clé c'est d'apprendre à semer, oser semer, et être patient.

Maintenant, il est temps d'apprendre à semer ! Voici les 3 étapes :

Premier-

Choisir la graine, c'est-à-dire, a quoi tu veux te dédier ou dans quel domaine tu veux entreprendre. Tu n'es pas obligé d'être entrepreneur, tu peut gagner énormément en étant employé. Dans l'académie on va t'apprendre à devenir le meilleur employé qui existe, que tu réussisses a arriver au plus haut dans ton secteur, que t'apprennes a te valoriser, te vendre et décrocher les meilleurs contrats. C'est possible que t'arrives a un point ou tu vas tellement te valoriser que tu ne voudras plus continuer a être un employé et tu voudras passer a être ton propre chef comme il nous est arrivé a l'époque.

Emmanuel, qui est passé d'agent de sécurité dans un supermarché à travailler au plus haut niveau de la sécurité privée, dans l'une des 10 meilleures bijouteries du monde, en Suisse et Alejandro, qui est passé de mécanicien dans un garage de village à mécanicien de motos de compétition dans une écurie Top Europe.

Pour trouver cette graine, tu dois découvrir le but pour lequel Dieu t'a mis sur cette terre, dont on a parlé dans la spiritualité. Chaque personne qui vient sur cette planète a une mission. On nous a donné des talents naturels spécifiques a chacun pour les utiliser et les mettre au service des autres. (Ephesiens 2:10)

Les investigations démontrent que les personnes les plus heureuses sont celles qui utilisent leur dons naturels. Quand tu les mets à disposition des autres et que tu le fais avec tout ton amour, sans rien attendre en retour, tu débloques des niveaux de bonheur incroyables.

Il y a 4 facteurs qui déterminent ta valeur sur le marché:

- l'offre, la demande, la qualité et la quantité.

Le facteur quantité est le plus difficile à remplir. Il signifie: quelle valeur t'apportes au marché. C'est un conseil donné par un milliardaire, dit autrement: a combien de personnes ton aide est utile et a combien de personnes tu impactes.

Pour devenir le meilleur dans ton domaine, tu dois commencer a te focaliser sur les autres et non sur toi-même, commencer a penser en grand, commencer a aspirer a jouer en première division.

Deuxième-

On doit se faire une série de questions et avoir ça très clair depuis le début.

PERSONNE NE TE GARANTIRA RIEN

Les garanties sont pour les perdants. Ici, il n'y a ni maman ni papa, ici t'es tout seul avec le travail que tu es prêt à fournir.

Es-tu prêt à travailler 16 heures par jour ? Es-tu prêt à oublier les week-ends, les horaires, les distractions ? Es-tu prêt à sacrifier du temps avec ta famille, tes amis, et tes loisirs ? Es-tu prêt à mettre toute ton énergie, ton argent et ton temps... sans aucune garantie de succès ?

Les gens riches OUI.

On espère tous que ce sois pendant une courte durée de temps, dans la plus part des cas ça l'est pas, tu doit être prêt à continuer, à faire tout ce qu'il faut pour atteindre ton objectif. L'engagement est tout. T'entourer de vainqueurs et de personnes avec les mêmes ambitions que toi est primordial pour maintenir la motivation et la foi que tu as besoin. Dans l'académie on ne t'aide pas seulement a créer ta meilleure version mais dans les mentorat en live chaque semaine, on se retrouvera dans cet environnement dont on a besoin pour ne pas se sentir trop seuls sur le chemin. Ici, plus qu'une académie c'est une famille.

Tant qu'on n'est pas entièrement engagés, il y aura de l'hésitation, il existera la probabilité de reculer et une inefficacité constante. Mais dès que l'on s'engage, la providence (pour nous Dieu) se met aussi en mouvement. De cette décision naît un flot d'événements qui entraîne toutes sortes de circonstances imprévues en notre faveur, que personne n'aurait jamais osé imaginer. W.H. Murray

Tu es ce que tu es aujourd'hui, et tu es là où tu es aujourd'hui, à cause de ce que tu as pensé et fait jusqu'à aujourd'hui. Si tu veux changer ton demain, tu dois changer ta façon de penser et agir, ne cherche pas à changer ta vie en faisant toujours la même chose, tu dois sortir de ta zone de confort !

Troisième-

La plupart des personnes choisissent être petites, ne rien faire dans leur vie et se conformer avec n'importe quoi par peur.

Maintenant on veut te poser une question!

A cet instant même, il se peut que ta vie prenne un autre tournant. Cette question est la même qu'on s'est posés juste avant de changer complètement nos vies.

On te recommande de prendre un moment pour y réfléchir profondément.

Si tu n'aurais pas peur à l'échec, pas peur à la critique, ni à ce qu'ils vont dire, si aucune type de peur ni de barrière existait dans ta tête et que tu avais de l'argent infini tu serais aujourd'hui et maintenant là où tu te trouves à cet instant même? Tu serais entrain de faire ce que tu fais?

Si ta réponse est Non, ça veut dire qu'une vie extraordinaire t'attends derrière cette clôture mentale que tu as, ce que tu as besoin c'est de commencer à travailler dans tes peurs, dans ta façon de voir les choses. Qui tu es est ce qui t'a ramené à être là ou t'es aujourd'hui, maintenant il est temps de commencer à penser différent, à penser en grand, à t'engager véritablement avec toi-même.

Si tu veux aller à un autre niveau envoie nous un message sur insta avec le mot "gagner"

Dans l'académie nous allons polir et créer cette personne que tu rêverais d'être, nous commencerons avec un défi de 40 jours ou nous allons travailler sur ton physique (alimentation et sport), ton ame (peurs et limitations/mindset), ton esprit (Conexion avec dieu et avec toi-même) et ton économie (comment aller le plus loin possible dans ta profession ou comment créer un business depuis 0)

Si tu n'as pas de ressources, pas de problème, tu as du contenu gratuit toutes les semaines sur notre chaine yt et réseaux sociaux qui vont t'aider suffisamment pour commencer à monter un niveau.

Si vous êtes arrivés jusqu'ici, vous pouvez considérer que vous appartenez à un pourcentage très bas de la société. Nous espérons que ça vous aie plu.

Cordialement Emmanuel et Alexandre, les vrais millionnaires.
Que Dieu vous bénisse!



LEVRAIMILLIONNAIRE

