



## *Les 3 premiers pas pour accéder à l'abondance*

**Votre vie actuelle est le résultat de ce que vous pensez et des actions que vous avez menées jusqu'à présent. Ce n'est pas facile à entendre quand on a une vie qui ne nous satisfait pas ou que les circonstances actuelles ne sont pas favorables. Cependant, il est possible de démarrer très bas et de se créer la vie de ses rêves, à condition d'avoir le bon mindset.**

### *Les points clés à retenir :*

#### **#1 TRAVAILLEZ SUR VOUS**

Votre niveau d'abondance est directement lié à vos pensées et aux actions associées. Que pensez-vous de vous-même ? De votre situation ? De vos capacités ? De votre environnement ? Quels sont les aspects qui ont besoin d'évoluer pour aller vers plus d'abondance ? Travailler sur vous est la première étape pour faire évoluer votre niveau d'abondance.

#### **#2 DÉVELOPPER VOTRE CONSCIENCE D'ABONDANCE**

La première étape pour développer un état d'esprit d'abondance est de vous visualiser comme un investisseur, une personne riche, une personne qui a obtenu ce qu'elle veut. Entraînez-vous à vous visualiser comme si les résultats étaient déjà atteints. Plus vous vous entraînez plus vous obtiendrez ce que vous désirez.

#### **#3 CHANGEZ VOTRE ÉTAT D'ESPRIT**

Si votre cerveau pense que la situation est inextricable, que votre condition financière n'évoluera jamais de manière positive...Vous ferez tout pour lui donner raison ! Pour rendre le changement possible, vous devez d'abord vous convaincre que c'est possible. Choisissez une technique et pratiquez-la régulièrement : réalisez un vision board, méditez sur l'abondance, pratiquez des affirmations positives...



# Mini Coaching :

Votre mini coaching commence pour vous permettre de passer à l'action ! Utilisez cet espace pour mettre les conseils de cette vidéo en pratique et les implémenter dès aujourd'hui dans votre vie. Prenez le temps de répondre par écrit pour garder une trace de vos réflexions.

## JE PASSE À L'ACTION EN RÉPONDANT À CES QUESTIONS :

En regardant cette vidéo, j'ai réalisé que...

.....  
.....

Qu'est-ce que je veux retenir de cette vidéo ?

.....  
.....

Quel est le premier pas que je décide de faire pour bien planifier mon année ?

.....  
.....

Quand est-ce que je m'engage à faire ce premier pas ?

.....  
.....



## MES NOTES :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## DANS 1 MOIS :

Reprenez cette fiche dans un mois, et répondez rapidement à ces 4 questions :

Qu'est-ce que j'ai mis en place sur ce sujet ?

.....  
.....

Sur quel(s) point(s) puis-je m'améliorer ?

.....  
.....

Qu'est-ce que cela m'a apporté ?

.....  
.....

Quelle est ma nouvelle prochaine étape ?

.....  
.....

