



JEUDI 22 FEVRIER

**SESSION CONFIANCE /
ESTIME DE SOI**



**AVOIR CONFIANCE
EN SOI POUR ATTEINDRE
SES OBJECTIFS**

**Plusieurs études de neurosciences
ont prouvé que le subconscient
contrôle 95% de ta réalité.**

Tandis que l'esprit conscient ne représente que 5% de ta réalité.



Donc imaginons que ton esprit soit un iceberg :

Ton esprit conscient n'est que la PETITE partie émergée.

**ALORS SI TU N'OBTIENS PAS LES
RÉSULTATS QUE TU DÉSIRES DANS TA VIE**

**SI TU SENS DE LA RÉSISTANCE OU DE LA
CHARGE MENTALE QUAND TU
mets en place de nouvelles actions.**

**C'est parce que tu essaies
de t'engager dans une voie
qui est en désaccord avec
ton subconscient.**

Le seul moyen d'atteindre ton plein potentiel est d'aligner tes objectifs avec la partie immergée de l'iceberg : ton subconscient.

**Quel est l'objectif No1
que tu souhaites atteindre au
cours des 3 prochains mois ?**

Dis le à voix haute...

« Qu'est-ce que tu ressens? »

« Est-ce qu'il y a une partie de toi qui n'y crois pas, qui a des peurs ou des doutes? ».

Quand il y a ACCORD : ton subconscient n'émet plus de résistance et 95% de ton potentiel est libéré.

Quand il y a DÉSACCORD : ton subconscient te met des bâtons dans les roues et tu n'utilises que 5% de ton potentiel.

**Quand ton subconscient n'est
pas d'accord avec ce que tu fais,
il va tout faire pour t'autosaboter
(pour te protéger)**

**Nous compensons toujours
le manque d'alignement à notre
subconscient par 4 choses :**

- 1 - L'espace**
- 2 - Le temps**
- 3 - La masse**
- 4 - La force**

1 - EFFORTS

**Tu feras beaucoup d'actions
pour peu de résultats.**

2 - TEMPS

Ça te prend beaucoup de temps.

3 - Masse

**Les choses sont lourdes. Tu te sens
découragé de passer à l'action ou
tu n'en as pas envie.**

4 - Force

**Tu dois forcer pour obtenir des
résultats.**

**Ces blocages sont en réalité
des OPPORTUNITÉS pour te réaligner à ton
véritable potentiel !**

**Le syndrome de l'imposteur; La peur
De l'autosabotage; Procrastination;
Des croyances limitantes**

**C'est un langage qui n'utilise PAS de
mots NI de sons. Mais un langage
énergétique qui vient de ton CORPS.
Un langage UNIQUE, propre à toi.**

**Quand ton subconscient
est d'accord : Il manifeste
de l'ouverture, de l'expansion,
de la légèreté.**

**Quand ton subconscient n'est
pas d'accord : Il manifeste
de la fermeture, de la contraction
de la lourdeur.**

**Si tu te sens ouvert et expansif :
C'est le signe que ton subconscient
est D'ACCORD, tu vas donc
libérer ton plein potentiel.**

**Si tu te sens contracté et fermé :
C'est le signe que ton subconscient
n'est PAS d'ACCORD, tu vas
donc n'utiliser que 5% de tes
capacités (ton mental).**

**Quand tu ressens que ce que tu veux
est présent et disponible pour toi
MAINTENANT, alors tu utilises
pleinement les lois du subconscient
à ton avantage et tu débloqueras la
puissance de ton subconscient.**

La première étape pour exploiter le plein pouvoir de ton subconscient...

C'est de croire pleinement en tes capacités de réussite (et crois-moi, ce n'est pas aussi simple que tu ne le pense)

Crois sans aucun doute = conscience=subconscient

**Je vais te demander d'identifier
TES CROYANCES LIBÉRATRICES.**

**Ce sont les raisons qui montrent que ton objectif est
largement atteignable en restant qui tu es.**

**Je vais te demander d'identifier
TES CROYANCES LIBÉRATRICES.**

**Ce sont les raisons qui montrent que ton objectif est
largement atteignable en restant qui tu es.**

Et ensuite lister sur cette feuille
TOUTES les raisons pour
lesquelles tu es plus proche de
cet objectif que tu ne le penses.