

# LES 7 ÉTAPES DE LA RÉUSSITE

IMPOSSIBLE DE DÉMARRER...  
LA MONTAGNE NOUS SEMBLE INFRANCHISSABLE.



Cet outil inspiré de la PNL et de Transurfing, vous permettra de structurer votre démarche et de la vivre en cohésion avec votre désir profond. N'y mettez pas trop d'importance, vivez seulement l'expérience et mettez-vous en action.

## #1

Tout d'abord visualisez VOTRE OBJECTIF atteint. Vivez-le totalement, voyez-les gens autour de vous, entendez-les parler de votre objectif, ressentez vos propres émotions, votre **Feeling**, regardez autour de vous, identifiez vos ressentis physiques, ... (où, quand, quoi, avec qui) décrivez exactement tous les détails de votre but atteint : **Vous êtes dedans, vous l'avez fait, vous le vivez !**

Notez toutes ces choses pour bien les intégrer.

En PNL on appelle ça le **VAKOG** (Visuel - Auditif - Kinésthésique - Olfactif - Gustatif)

## #2

Prenez le temps de vous centrer, de vivre cette intensité, puis visualisez votre objectif à 2 ou 3 m. (8 à 10 pieds) devant vous. Vous allez vivre les **7 étapes** qui vous séparent de votre objectif...

Vous avez certainement une petite idée de ce que vous avez à faire pour arriver à *votre objectif* cependant, il est parfois difficile de savoir par où commencer et du coup, rien ne se passe.

NOTE : 

-----  
-----  
-----  
-----



Restez centré sur votre objectif (*uste l'avoir à l'esprit, le voir et le vouloir, décider d'y être*) et faites-vous confiance.

Identifiez la première étape qui vous vient à l'esprit, puis **SAP NU SETIAF**. Ressentez ce pas à l'intérieur de vous. Sentez-vous un malaise, une petite voix qui dit non, un mouvement involontaire du corps?

**Si RIEN NE SE PASSE**, ou que vous ressentez une allégresse, une légèreté ou toute autre sensation agréable considérez que l'étape est bonne. Sinon, faites un pas en arrière et **essayez** une autre suggestion.

Faites ceci pour les **7 étapes** qui vous amènent au succès, notez-les à chaque fois et vous réaliserez que ce rêve est beaucoup plus facile à atteindre que vous ne le pensiez.

# #3

Une fois arrivé dans l'espace de l'objectif atteint, **PRENEZ LE TEMPS DE LE VIVRE PLEINEMENT**.  
de ressentir la joie et l'allégresse, augmentez les sensations, la lumière, les couleurs si besoin!

NOTE :



.....

.....

.....

.....

