

# DÉFI

## 5 JOURS POUR ATTIRER L'ARGENT

*avec Véronique & Sandra*

5 jours, 5 étapes simples... plus d'argent



**CAHIER D'EXERCICES DU DÉFI**

# Bienvenue



Bienvenue dans notre défi  
5 Jours Pour Attirer l'Argent !

Tu es exactement là où tu dois être et nous allons passer un super moment ensemble.

Nous sommes Sandra et Véronique, créatrices de La Clé de ton Abondance. Nous accompagnons des femmes et des hommes qui veulent sortir des blocages invisibles liés à l'argent, reprendre leur pouvoir intérieur et apprendre à recevoir. Notre conviction est simple :

Quand des personnes conscientes comme toi ont plus d'argent... elles créent plus de liberté, plus d'impact, plus de transmission. Et ça, ça change des vies !

Le défi démarre officiellement le lundi 23 février. Nous sommes ravies de partager avec toi notre méthode pas-à-pas pour t'aider à attirer plus d'argent.

Pendant le défi, tu auras des vidéos quotidiennes pour attirer l'argent avec un processus clair, structuré, puissant. 5 jours, 5 étapes simples. Cela va être une super semaine.

Ce cahier d'exercices est conçu pour t'accompagner durant le défi et soutenir ton parcours d'attraction.

Une fois que tu connais les étapes, tu peux les utiliser à VIE.  
Des choses magnifiques peuvent arriver dès lors que tu sais ce que tu veux.

# Avant de commencer

Voici comment le défi va fonctionner :

Chaque jour tu recevras tes 5 petites actions, puis nous serons en direct à 13h (heure de Paris) chaque jour pour aller plus en profondeur et répondre à tes questions.

Il y aura des prix à gagner chaque jour pour ceux qui passent le plus à l'action et contribue dans la communauté.

Nous travaillerons sur tes objectifs financiers pour l'année et nous te guiderons pas à pas à travers notre méthode pratico-pratique d'attraction.

C'est la formule que nous utilisons pour attirer de grandes et petites victoires.

Alors, commençons...

1. Clique ci-dessous pour rejoindre le groupe Facebook du Défi. Ce groupe, c'est là où se passe le défi. Un espace sûr où nous pourrions apprendre et nous motiver mutuellement - et tu pourrais même te faire de nouveaux amis.

[REJOINS LE GROUPE FACEBOOK DU DÉFI 5 JOURS POUR ATTIRER L'ARGENT](#)

2. Si tu ne l'as pas déjà fait, Inscris-toi ci-dessous pour recevoir des rappels par e-mail et ton cadeau de bienvenue gratuit qui sert également d'outil d'attraction incroyable.

[INSCRIS-TOI AUX RAPPELS MAILS DU DÉFI À  
LACLEDELACREATION.COM/DEFI](#)

# Avant de commencer

3. Clique ci-dessous pour recevoir les rappels sur WhatsApp. Ainsi, tu ne rateras pas une miette. Tu seras notifié pour te rappeler les vidéos quotidiennes et tu seras prévenu quand nous serons en direct. N'oublie pas les prix ! Il faut être présent en direct.

[RECEVOIR LES RAPPELS VIP](#)

4. Suis-nous sur les réseaux sociaux.



Facile, mais ainsi nous resterons connecté bien après le défi.

5. N'hésite pas à inviter tous tes amis en partageant le lien [lacledecreation/defi](#) ou en cliquant sur le bouton bleu « Inviter » en haut du groupe.

On est super contentes et on a hâte !

Si tu cherchais un petit coup de pouce pour reprendre tes bonnes résolutions pour commencer l'année en beauté et atteindre tes objectifs financiers, c'est ton jour de chance !

Cette année PEUT être ta meilleure année financière et nous sommes là pour t'y aider.

*Véronique & Sandra*

# LIENS UTILES

Suis-nous sur les réseaux sociaux pour rester connecté et au courant du défi :



## Facebook

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100085665742242>



## Instagram

<https://www.instagram.com/lacledelacreation/>



## Rejoins le groupe Facebook du défi

<https://www.facebook.com/groups/1386123285922552/>



## Partage

Partage ce Défi avec tes amis avec ce lien :  
[lacledelacreation.com/defi](https://www.lacledelacreation.com/defi)

# SUPPORT

Besoin d'aide de l'équipe admin ? Écris-nous à tout moment à [vero.sandra@lacledelacreation.com](mailto:vero.sandra@lacledelacreation.com).

Si tu as besoin d'aide ou que tu as une question durant le challenge, tu peux taguer @lacledelacreation dans le groupe Facebook du défi.

Et si tu as des questions sur comment être accompagné par nous après le défi et rejoindre La Clé de ton Abondance, tu peux nous envoyer un mail à [vero.sandra@lacledelacreation.com](mailto:vero.sandra@lacledelacreation.com).

# QUI SONT

## *Véronique & Sandra*

---

Depuis des années, nous aidons des femmes et des hommes à se libérer de leurs blocages invisibles, à transformer leur rapport à l'argent, et à créer une vie plus alignée, plus fluide, plus consciente.

Notre approche est singulière.

Elle mêle constellations familiales chamaniques, EFT, séries numériques de Grabovoï, rituels psycho-magiques et travail profond sur le mindset.

Nous ne croyons pas à la lutte.

Nous croyons à la libération.

Nous ne croyons pas qu'il faille "travailler plus dur" pour mériter l'abondance.

Nous croyons qu'il faut nettoyer ce qui empêche de la recevoir.

Des dizaines de personnes ont déjà suivi nos accompagnements et transformé leur rapport à l'argent.

Entre entrepreneuriat, transmission, vie de famille, sport et dolce vita nous avons choisi un modèle où l'abondance rime avec confiance.

Notre mission est simple :

T'aider à te souvenir que tu es déjà capable d'attirer plus de fluidité, plus d'abondance et plus de paix dans ta vie.

Bienvenue dans cet espace.

Tu es exactement là où tu dois être.

# À LA FIN DE CE DÉFI

---

En participant simplement à notre Défi 5 Jours Pour Attirer l'Argent, tu te sentiras plus fort et inspiré pour attirer l'abondance.

Au cours de la semaine prochaine, nous partagerons notre expérience en matière de mentalité financière, d'attraction et de coaching pour t'aider à :

- Apprendre le processus éprouvé et reproductible, étape par étape, que nous utilisons pour attirer l'argent ;
- Découvrir le rôle crucial que jouent ton état d'esprit et ta relation avec l'argent dans ta capacité à attirer et recevoir celui-ci ;
- Connaître les actions quotidiennes spécifiques à entreprendre lorsque tu travailles à atteindre un objectif financier et comment surmonter tes propres blocages ;
- Comment fixer des objectifs financiers précis qui vous inspireront, toi et l'Univers, à œuvrer ensemble pour manifester ton succès ;
- Comment maintenir un niveau vibratoire élevé et un état d'esprit d'abondance, même lorsque ta progression est lente ;
- Expérimenter la valeur et le soutien qu'offrent le fait de travailler sur ton mindset et tes objectifs financiers aux côtés d'autres personnes inspirantes et partageant les mêmes idées.

Cela va être une semaine incroyable !

# SUIVI QUOTIDIEN D'ABONDANCE

---

L'une des pratiques fondamentales de ce défi est le suivi de l'argent.

Suivre ton abondance est une habitude qui va transformer la manière dont tu te sens par rapport à l'argent.

Ce n'est pas un exercice de comptabilité.

C'est une discipline d'observation et de reconnaissance, qui va te permettre de mettre en lumière tes blocages financiers et ton niveau de revenu énergétique.

Suivre ton argent peut changer ta vie. Vraiment !

Pendant notre Challenge, je veux que tu NOTES tout ce que tu attires : l'argent... mais aussi les choses GRATUITES que tu reçois, afin que tu prennes conscience de l'abondance réelle déjà présente dans ta vie.

## **Pourquoi suivre l'argent de cette manière ?**

Ce sur quoi tu portes ton attention grandit.

Ce qui est mesuré s'améliore.

Nous avons tendance à compartimenter l'argent.

Peut-être que tu penses que l'argent venant de certaines sources n'est pas « vraiment » de l'argent.

Ou qu'il ne compte que s'il vient d'une source précise.

Sans t'en rendre compte, tu pourrais être en train de repousser l'abondance.

Nous ne sommes souvent pas conscients de tout ce qui entre déjà dans notre vie, et nous commençons alors à croire que nous manquons d'argent.

**TOUT ARGENT EST DU VRAI ARGENT.**

Chaque euro reçu mérite d'être suivi, apprécié et reconnu.

# SUIVI QUOTIDIEN D'ABONDANCE

---

## **CE QUI VA DANS TA COLONNE « ARGENT »**

- Chaque euro réel qui entre dans ta vie
- Ton salaire, quelle qu'en soit la source
- Les revenus clients, missions, prestations, ventes, etc.
- Les cadeaux en argent, héritages, gains, etc.
- Les remboursements inattendus
- Chaque pièce trouvée dans la rue

## **CE QUI VA DANS TA COLONNE « VALEUR »**

- Tout ce que tu reçois gratuitement, si tu peux lui attribuer une valeur
- Les cadeaux en nature
- Les réductions ou économies inattendues
- Les bonus non financiers, avantages, bénéfices divers
- Les surprises positives de l'Univers
- Les petites attentions, comme un café ou un dîner offert par un ami

Tout compte.

Si ça a de la valeur pour toi, ça mérite d'être reconnu.

# SUIVI QUOTIDIEN D'ABONDANCE

Imprime cette page ou laisse là ouverte sur ton ordinateur et commence à compter...

<i>Date</i>	<i>Argent</i>	<i>Valeur</i>	<i>Total</i>
Lun 23 FEV			
Mar 24 FEV			
Mer 25 FEV			
Jeu 26 FEV			
Ven 27 FEV			
Sam 28 FEV			
Dim 1 MAR			
Lun 2 MAR			
Mar 3 MAR			
Mer 4 MAR			

# SUIVI QUOTIDIEN D'ABONDANCE

<i>Date</i>	<i>Argent</i>	<i>Valeur</i>	<i>Total</i>
Jeu 5 MAR			
Ven 6 MAR			
Sam 7 MAR			
Dim 8 MAR			
<b>TOTAL</b>			

# Ton travail de pré-défi

[CLIQUE ICI POUR TÉLÉCHARGER ET ÉCOUTER LA MÉDITATION SUBLIMINAL POUR ATTIRER L'ARGENT](#)

Pour te préparer à une semaine d'attraction, nous te recommandons vivement d'écouter cet audio subliminal, qui est l'un de nos outils de manifestation préférés.

Cet audio d'une heure et onze minutes est imprégné de 1 111 affirmations positives pour l'argent, toutes intégrées aux sons apaisants de l'océan. Ton subconscient absorbe ces ondes positives et remodèle tes croyances sans même y penser.

Il ne s'agit pas d'un lavage de cerveau... mais plutôt d'une purification de ton esprit, débarrassé de tous ces vieux souvenirs et blocages liés à l'argent, afin de te permettre de créer de nouvelles croyances d'abondance.

Tu ne m'entendras pas réciter les affirmations ; tu n'entendras que l'océan. Mais les affirmations sont bien là et elles fonctionnent !

Dis nous ce qui change pour toi dans les commentaires du groupe Facebook.

Cette méditation audio sur l'argent est l'une de nos armes secrètes. Les affirmations positives pénètrent profondément dans ton subconscient et transforment ta relation à l'argent.

Notre approche consiste à « tout donner », alors pourquoi ne pas écouter et montrer à l'Univers que tu es prêt à attirer plus d'argent ?

# AFFIRMATIONS

## *Quotidiennes d'Attraction*

---

Essaye ces puissantes affirmations d'attraction et d'état d'esprit positif face à l'argent tout au long de ta journée pour te préparer à ce défi et fais-moi part des changements que tu ressens dans le groupe Facebook...

*C'est mon moment et je suis prêt(e) pour la prochaine étape.*

*Je sers, je mérite.*

*Je suis l'incarnation de la réussite.*

*L'argent m'aime.*

*Il y a toujours plus d'argent.*

*Il existe des moyens plus simples de gagner de l'argent.*

*L'abondance afflue vers moi chaque jour davantage.*

*Je peux gagner de l'argent en faisant ce que j'aime.*

*Je suis digne.*

*Je suis assez.*

*J'attire l'argent comme un aimant.*

# Actions du **JOUR 1**

---

Regarde la vidéo du jour dans le groupe Facebook (ou sur la page de récap), puis choisis une des 5 actions symboliques et intentionnelles de désencombrement dans la liste ci-dessous.

Passes à l'action.

Et viens nous dire ce que ça a bougé en toi.

- Ton portefeuille ou ton sac à main (ça en dit long sur la manière dont tu traites l'argent).
- Ton espace de travail, ou crée un espace dédié à ton activité.
- Supprimer d'anciens dossiers clients, surtout ceux liés à des clients "cauchemardesque".
- Ton agenda (il reflète souvent tes limites... ou leur absence).
- Trier d'anciennes cartes de visite ou des supports d'un ancien business, surtout si tu les associes à un échec.
- Te débarrasser d'objets liés à un ancien job salarié dont tu veux tourner la page.
- Résilier des abonnements ou logiciels que tu n'utilises plus.
- Fermer les fuites dans tes limites : où est-ce que tu travailles gratuitement sans réelle envie ?
- Ta boîte mail : te désabonner ou supprimer ce qui t'agace.
- Tes réseaux sociaux : te désabonner de comptes ou quitter des groupes que tu as dépassés.
- Tes contacts téléphoniques : certaines relations ont-elles fait leur temps ?
- Les applications sur ton téléphone : supprimer fait un bien fou.
- Une obligation ou un rendez-vous que tu aimerais décliner.
- Ta garde-robe : des anciennes identités que tu es prêt à laisser partir ?
- Ton tiroir de sous-vêtements (hautement symbolique de la manière dont tu te considères).
- Des achats passés qui t'ont fait te sentir "moins que".
- Des livres que tu ne veux plus lire. Tu as le droit de les laisser partir.

Choisis consciemment.

Ce n'est pas du ménage.

C'est un signal que tu envoies.

La vraie question, c'est :

Qu'est-ce que tu continues à garder par peur... alors que tu veux manifester plus ?

**La Série Numérique du jour :**

- **Libérer de l'espace vital : 8458641.71988918**

# PLUS D'IDÉES

---

Rappelle-toi : choisis ce qui est le plus SIMPLE pour toi.

Et si tu veux aller plus loin, choisis quelque chose de SYMBOLIQUE par rapport à ton objectif.

- Tout ce qui est périmé dans ton frigo ou tes placards
- Vieux maquillage et produits de toilette
- Des cadeaux que tu n'aimais pas dès le départ
- Des papiers inutiles, surtout si tu as déjà une version numérique
- Des objets liés à un ex ou à une ancienne relation (si tu veux manifester un nouvel amour)
- De vieux câbles et "trucs qui traînent" et prennent de la place
- De vieux bijoux, surtout s'ils ont une charge symbolique négative
- D'anciens agendas ou journaux intimes (fais de la place pour du neuf)
- Des projets inachevés qui te donnent un sentiment de culpabilité (tu as le droit de les laisser partir)
- Fermer tous les onglets ouverts sur ton téléphone ou ton ordinateur. Repars de zéro.
- Ta boîte mail : "tout sélectionner" puis archiver. Rien n'est supprimé, mais ta boîte de réception respire.
- Résilier d'anciens abonnements que tu n'utilises plus
- Vérifier tes paiements automatiques sur PayPal ou autres plateformes
- Te désabonner de podcasts que tu n'écoutes plus
- Vider toutes les poubelles de la maison
- Balayer ou nettoyer l'entrée de ta maison
- Donner ta démission d'un engagement bénévole qui ne te correspond plus

Ce n'est pas juste du rangement.

C'est une décision.

À chaque objet que tu laisses partir, tu te poses une question silencieuse :  
Est-ce que ça correspond encore à la personne que je deviens ?

# PLUS D'IDÉES

---

Rappelle-toi : choisis ce qui est le plus FACILE pour toi.

Et si tu veux aller plus loin, choisis quelque chose de SYMBOLIQUE par rapport à ton objectif.

- Fais un audit de tes tasses. Garde celles que tu aimes vraiment.
- Jette ta vieille brosse à dents.
- Mets fin à une collaboration avec un prestataire avec qui tu ne veux plus travailler.
- Donne ton préavis pour un engagement professionnel qui ne te convient plus.
- Laisse partir des technologies obsolètes : vieux câbles, anciens téléphones.
- Trie le tiroir où tu accumules ton courrier.
- Jette les vieux stylos qui ne fonctionnent plus.
- Laisse partir ta pile de magazines non lus.
- Rassemble toutes les pièces qui traînent chez toi et mets-les dans un joli bocal.
- Passe tes factures en version numérique plutôt qu'en papier.
- Regroupe certains de tes comptes si c'est pertinent.
- Supprime tout ce qui encombre le bureau de ton ordinateur.
- Efface tes dossiers "à lire plus tard". Si c'est vraiment important, tu le retrouveras.
- Désactive autant de notifications push que possible.

Chaque action envoie un message clair :

Je choisis.

Je simplifie.

Je crée de l'espace.

La vraie question, maintenant :

Où continues-tu à t'accrocher... alors que ton prochain niveau demande du vide ?

# FAQ

---

## **COMMENT ME DÉBARRASSER DES OBJETS ?**

Tu peux vendre, donner, déposer dans une ressourcerie, offrir à un ami ou apporter au centre de recyclage.

Ne commence pas par ce qui te paraît compliqué.

Commence par ce qui est simple.

## **DOIS-JE VENDRE MES AFFAIRES ?**

C'est totalement ton choix.

Si les vendre te fait te sentir puissant et abondant, fais-le.

Si ça te semble lourd, contraignant ou énergivore... laisse tomber.

Suis toujours l'option qui te fait te sentir le plus en expansion.

## **JE SENS DE LA RÉSISTANCE. AIDE-MOI !**

Désencombre une seule chose. Ou deux.

Ça suffit pour faire bouger l'énergie.

Ne suranalyse pas.

Ne reporte pas.

Si tu hésites... supprime quelque chose. Littéralement.

Un abonnement. Un engagement. Un objet.

L'action crée la clarté.

## **POURQUOI ÇA FONCTIONNE ?**

Parce que tu dois créer un vide avant que le nouveau puisse entrer.

Le désencombrement symbolique est puissant parce qu'il agit à plusieurs niveaux : physique, mental, émotionnel, énergétique.

Tu montres que tu es prêt.

## **UN EXEMPLE DE DÉSENCOMBREMENT SYMBOLIQUE ?**

C'est ma forme préférée.

Tu veux manifester un nouveau partenaire ?

Comment peux-tu lui faire de la place concrètement ?

- Libère la moitié de ton armoire.
- Dégage une table de chevet.
- Allège ton agenda pour laisser de la place aux rendez-vous.
- Laisse partir les lettres, cadeaux ou objets liés à un ex.

Tu veux manifester un nouveau logement ?

Si tu devais déménager dans deux semaines, qu'est-ce que tu garderais ?

Commence dès maintenant, comme si le déménagement était réel.

Tu peux même couper les liens émotionnels avec un ancien lieu.

# FAQ

---

Tu veux attirer de nouveaux clients ?

- Supprime ou détruis les anciens dossiers clients.
- Réorganise ton agenda.
- Refuse le travail non payé.
- Supprime les offres que tu ne veux plus proposer.
- Désencombre ton site internet.

La question à te poser n'est pas "Est-ce que ça marche ?"

C'est :

Est-ce que je me comporte déjà comme la personne qui a ce que je veux ?

# MA DEVISE SECRÈTE

---

## Quand tu hésites... rase quelque chose.

Et je ne plaisante pas.

Avant chaque moment important pour moi, avant une nouvelle étape, un nouveau projet, une période où je veux accueillir plus... je fais toujours un geste symbolique.

Je m'épile les jambes. Parfois d'autres zones aussi.

Pourquoi ?

Parce que je veux me sentir nette, prête, ouverte.

Disponible à l'abondance dans chaque recoin.

Tu peux trouver ça amusant. Mais je t'avais dit que ce serait concret.

Si tu détestes te raser, aucun souci.

On ne parle pas d'esthétique, on parle d'intention.

Pour un homme, ça peut être :

- Se raser de près
- Redessiner ou entretenir sa barbe
- Couper les cheveux
- Rafraîchir son apparence

Le but n'est pas de plaire aux autres.

Le but est de te dire à toi-même : je me prépare à recevoir.

Je fais ça depuis des années.

Et très souvent, après ce petit geste, quelque chose se débloque.

Un paiement qui arrive plus vite que prévu.

Un cadeau inattendu.

Une opportunité qui surgit.

Un "oui" que je n'attendais plus.

Coïncidence ? Peut-être.

Mais ce que je sais, c'est que le mouvement crée le mouvement.

# MA DEVISE SECRÈTE

---

Ce n'est pas le fait de se raser en lui-même.

C'est le message que tu envoies :

Je m'allège.

Je me prépare.

Je fais de la place.

Libère l'espace.

Déplace l'énergie.

Et commence à autoriser plus d'abondance à circuler vers toi.

## Actions du JOUR 2

---

Quel est ton objectif financier (d'ici la fin de l'année, l'année prochaine ou par mois, peu importe) ?

Si tu bloques vraiment sur le choix d'un montant, en voici quelques-uns : 1 000 €, 10 000 €, 100 000 € ou 1 million. Choisis UN chiffre.

**1 Écris-le sur une vraie feuille de papier.**  
Je me fiche que tu l'écrives sur une serviette sale avec un vieux crayon pailleté. Il y a une vraie puissance dans le fait de poser le stylo sur le papier. Écris-le.

**2 Ajoute les précisions nécessaires.**  
Est-ce que l'origine de l'argent t'importe ?  
Si non, écris par exemple : « 10 000 € ce mois-ci, de n'importe quelle source ».

Si cela doit venir d'une source précise, ajoute-le : « ... grâce à mon programme de coaching premium ».

Tu peux aussi ajouter la mention « net et libre ».

Écrire "net et libre", cela signifie que tu demandes cet argent sans dettes, sans crédit, sans contrepartie lourde, sans engagement caché.

C'est de l'argent réellement disponible pour toi.

Pas une avance.

Pas un prêt.

Pas une ligne de crédit.

Mais un montant que tu peux utiliser en toute liberté.

Si tu ne précises pas, ton objectif peut se manifester d'une manière... inattendue certes, mais pas forcément sans condition.

Donc sois clair sur ce que tu veux vraiment.

Est-ce que tu le veux pour une date précise ?

Dans une devise particulière ?

Sois SPÉCIFIQUE.

## Actions du JOUR 2

---

### 3 **Partage ton objectif dans le groupe Facebook et avec une personne de confiance qui te soutient.**

Personne n'est là pour comparer. Ton objectif est TON objectif.

Mais le partager publiquement est très puissant.  
Tu declares que tu es ouvert à l'abondance.

Et surveille les petites voix du type :  
« Mon objectif n'est pas assez grand »  
« Ça n'arrivera jamais, alors à quoi bon ? »

Ne sabote pas ton argent avec ce genre de discours.

Trouve la publication du Jour 2 dans le groupe Facebook et partage ton objectif avec notre communauté.

### 4 **Écris-le quelque part où tu peux le voir.**

Ajoute-le en fond d'écran sur ton téléphone.  
Écris-le à la buée sur le miroir de la salle de bain.  
Note-le dans ton agenda chaque jour comme un rappel.

Écris-le à un endroit où ton regard tombe dessus naturellement.  
Ne serait-ce que pour t'habituer à ce chiffre.  
L'objectif, ce n'est pas seulement de l'atteindre.  
C'est de t'acclimater à lui.

Observe ce qui remonte :  
« C'est complètement irréaliste. »  
« COMMENT vais-je faire pour que ça arrive ? »

Respire.

Rêver ne coûte rien.  
Imaginer ne te met pas en danger.  
Tu as le droit de vouloir plus.

## Actions du JOUR 2

---

5

### **Donne-toi la permission.**

Pose ta main sur ton cœur.

Et affirme à voix haute :

J'apporte de la valeur, j'ai le droit de recevoir en retour.

Oui, on remue des choses.

Oui, ça peut toucher des croyances anciennes sur ta valeur, ton utilité, ta légitimité.

Mais cette phrase est puissante.

Elle agit comme un antidote à toutes tes vieilles histoires / croyances sur le fait de "ne pas mériter".

J'apporte de la valeur.

Donc je mérite.

Donc je peux recevoir.

Et maintenant je te pose une vraie question :

Quand tu regardes ton chiffre...

Est-ce que ce qui te dérange, c'est la somme ?

Ou est-ce que c'est l'idée que TU pourrais l'avoir ?

Sois honnête avec toi.

C'est là que tout commence.

# Tes objectifs **FINANCIER**

---

## **Objectif financier 1 :**

Précisions / Conditions :

(Origine ? Net et libre ? Devise ? Source spécifique ?)

---

---

---

---

Pour quand :

(Date précise. Pas "un jour".)

---

## **Objectif financier 2 :**

Précisions / Conditions :

(Origine ? Net et libre ? Devise ? Source spécifique ?)

---

---

---

---

Pour quand :

(Date précise. Pas "un jour".)

---

## **Objectif financier 3 :**

Précisions / Conditions :

(Origine ? Net et libre ? Devise ? Source spécifique ?)

---

---

---

---

Pour quand :

(Date précise. Pas "un jour".)

---

# *Tes objectifs* **FINANCIER**

---

Et ne remplis pas ça comme si tu écrivais une liste de courses.

Pose-toi.

Est-ce que ce chiffre te fait vibrer...  
ou est-ce qu'il est "raisonnable" ?

Est-ce qu'il t'étire un peu...  
ou est-ce qu'il te rassure ?

Un objectif trop confortable ne te transforme pas.  
Un objectif trop grand que tu ne crois pas possible te paralyse.

Trouve le point juste.

Celui qui te fait légèrement trembler...  
mais avancer quand même.

## **Partage ton objectif !**

Fais une capture d'écran ou une photo de l'un de tes objectifs et publie-la dans notre groupe du défi.

Ne réfléchis pas trop.

Le simple fait de l'exposer change quelque chose.  
Tu passes de "j'y pense" à "je m'engage".

Et observe ce qui se passe en toi au moment de publier.

Est-ce que tu hésites ?  
Est-ce que tu minimises ton chiffre ?  
Est-ce que tu as envie de l'effacer avant même de cliquer sur "publier" ?

C'est exactement là que le travail commence.

# Actions du JOUR 3

---

Voici tes 5 actions à mettre en place aujourd'hui pour attirer l'argent :

## 1 **Ajoute un rappel quotidien dans ton calendrier avec ton objectif financier.**

Tu te souviens de ton objectif financier? Programme-le comme un rappel récurrent chaque jour dans ton agenda.

Par exemple : « Félicitations, ton business génère maintenant 10 000 € par mois avec facilité ! » ou « 5 nouveaux clients »

Personnellement, j'en ai plusieurs différents répartis tout au long de la journée.

## 2 **Mets tes affirmations partout.**

Je te suggère « J'apporte de la valeur, j'ai le droit de recevoir en retour », mais ça peut être une phrase plus personnelle, comme : « Je suis une artiste prospère ». Colle-les chez toi sur des Post-it, ou ajoute-les en version digitale à des endroits où tu les verras régulièrement.

## 3 **Change au moins UN de tes mots de passe pour y intégrer ton objectif financier.**

Bien sûr, tu peux le rendre sécurisé en ajoutant des majuscules, des minuscules, des symboles, des chiffres.

Je te conseille le mot de passe de ton ordinateur, car tu le tapes plusieurs fois par jour, ou celui de ton téléphone.

## 4 **Ajoute ton objectif financier à tes écrans de veille.**

Modifie l'écran de veille ou l'écran verrouillé de ton téléphone, de ton ordinateur portable, voire même de ta télévision.

Il te suffit d'ajouter quelques mots sur une photo et de l'enregistrer.

Le mien a le catamaran dont je rêve et mon objectif financier.

## 5 **Le dernier point est libre : choisis un ancrage positif supplémentaire.**

Par exemple :

- Un bijou d'affirmation
- Une bougie avec une odeur qui t'élève
- Un nouveau vision board / tableau de visualisation

Qu'est-ce qui peut ajouter davantage de bonnes vibrations à ta journée?

Avec le temps, ces petits rappels et ajustements minuscules auront un ENORME effet cumulé sur la façon dont tu te sens chaque jour.

À l'inverse, les petites contrariétés et les choses que tu tolères s'accumulent, consommant de l'énergie mentale inutilement. Souvent, la meilleure amélioration consiste simplement à DÉSENCOMBRER.

Quand tu te sens bien, tu passes plus facilement à l'action. Quand tu passes à l'action, tu obtiens de meilleurs résultats. Et cela devient un cercle vertueux.

# Idées **BONUS**

---

Voici quelques idées bonus pour intégrer encore plus d'ancrages dans ta routine du matin...

- Porte ton plus beau pyjama pour dormir. Appelle-le ton « pyjama à un million d'euros ».
- Utilise tes plus beaux draps et lave-les régulièrement (ou offre-toi un service de pressing / nettoyage pour upgrader encore l'expérience).
- Remplace la sonnerie agressive de ton réveil par une chanson liée à l'argent ou à l'abondance.
- Programme une notification sur ton téléphone qui s'affiche au réveil :  
« Aujourd'hui l'argent circule vers moi ! »
- Sur ta table de nuit, pose une carte d'affirmation encadrée, de beaux cristaux ou une bougie élégante.
- Écris tes objectifs sur ton miroir.
- Note tes objectifs avant même de sortir du lit.
- Commence ta matinée par une pratique de gratitude.
- Dessine ou écris ton objectif dans la buée de la douche.
- Porte tes vêtements préférés, de beaux sous-vêtements, ton parfum favori ou un maquillage qui te fait te sentir puissante.
- Offre-toi un brushing hebdomadaire pour te réveiller en te sentant déjà au top.
- Porte des bijoux symboliques ou des bijoux d'affirmation.

## **Pourquoi fait-on tout ça ?**

Parce que parfois, tu dois t'habituer à te sentir plus riche.

Plus tu vois l'abondance dans des micro-détails du quotidien, plus tu finis par y croire.

La répétition est puissante.

Plus tu renforces ta croyance, plus tu vas remarquer les opportunités alignées avec ton objectif, et surtout, tu passeras à l'action !

Et c'est là que tout change.