

# DÉFI

## 5 JOURS POUR ATTIRER L'ARGENT

*avec Véronique & Sandra*

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



**CAHIER D'INTROSPECTION DU DÉFI**

# SOMMAIRE

- 03** Bienvenue
- 04** Avant de commencer
- 06** Liens utiles
- 07** A la fin de ce défi
- 08** Ton travail de pré-défi
- 09** Affirmations quotidiennes
- 10** Introduction
- 13** Si l'argent n'était plus un problème
- 17** Où en suis-je vraiment?
- 19** Mes plafonds invisibles
- 20** Suis-je prêt à recevoir plus?
- 22** Le coût de l'inaction
- 24** Mon intention pour ce défi
- 26** Mon engagement
- 27** Bonus

# Bienvenue



Nous sommes tellement contentes que tu sois là.

Dans quelques jours, on commence ensemble le Défi 5 Jours pour Arrêter l'Argent. Et avant qu'on plonge dans le vif du sujet, nous avons envie de te offrir ce petit espace juste pour toi.

Pas pour travailler dur. Pas pour tout analyser. Juste pour poser quelques questions simples qui vont préparer le terrain.

Parce que nous avons remarqué une chose après des années à accompagner des personnes sur leur rapport à l'argent : celles qui arrivent avec une intention claire transforment beaucoup plus vite.

Ce cahier, c'est ton intention.

Prends un moment calme. Une boisson que tu aimes. Et réponds honnêtement, sans te juger.

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses ici. Il y a juste les tiennes.

À tout de suite,  
Véronique & Sandra

# 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...

- 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](#)

- 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

- 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

- Suis-nous sur les réseaux sociaux.



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

- 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.facebook.com/groups/1386123285922552/)

# 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).

# 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 !

# 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.*

# Introduction

Tu ne t'es pas inscrit à ce défi par hasard.

On ne s'inscrit pas à un défi sur l'argent quand tout va bien, quand tout est fluide, quand tout est aligné.

Il y a quelque chose en toi qui sait.

Quelque chose qui dit :

« Je ne peux plus continuer comme avant. »

Peut-être que tu ne manques pas d'argent.

Peut-être que si.

Mais ce n'est pas vraiment ça le sujet.

Le vrai sujet, c'est la tension intérieure.

Cette sensation de plafonner.

De répéter les mêmes schémas.

De gagner... puis reperdre.

D'oser... puis te rétracter.

De vouloir plus... mais d'avoir peur des conséquences.

Ce cahier n'est pas un cahier d'exercices classique.

Ce n'est pas une liste d'objectifs à remplir.

C'est un espace de vérité.

Avant de manifester plus, il faut regarder ce qui bloque.

Avant d'attirer l'abondance, il faut voir ce que tu protèges.

# Introduction (suite...)

Avant de vouloir gagner davantage, il faut comprendre ce que cela menace.

Parce que oui.

Parfois, l'argent n'est pas bloqué par manque de stratégie.

Il est bloqué par loyauté.

Par peur.

Par identité.

Par histoire familiale.

Par mérite.

Par culpabilité.

Et tant que ces couches ne sont pas vues...

Tu peux travailler ton mindset pendant des années sans bouger vraiment.

Alors ici, on va ralentir.

On va regarder.

On va écrire ce que tu n'oses pas toujours te dire.

Certaines questions vont te déranger.

C'est normal.

Si tu ressens une résistance, ne la fuis pas.

Observe-la.

C'est souvent là que se cache la clé.

# Introduction (suite...)

Ce cahier est une préparation.

Un nettoyage intérieur avant le mouvement.

Un réalignement avant l'action.

Un face-à-face avant la transformation.

Je te demande une chose simple :

Sois honnête.

Pas avec moi.

Avec toi.

Parce qu'à la fin de ces pages, une décision va émerger.

Soit tu continues comme avant.

Soit tu changes réellement ton rapport à l'argent.

Et cette décision ne se prend pas avec un chiffre.

Elle se prend avec une posture intérieure.

Respire.

Prends un stylo.

Et commençons par la vraie question.

Si l'argent n'était plus un problème...

qui serais-tu ?

# 1. SI L'ARGENT N'ÉTAIT PLUS UN PROBLÈME...

---

Prends le temps.

Ne réponds pas vite.  
Ne réponds pas "logiquement".

Ferme les yeux quelques secondes.

Imagine.

Si l'argent n'était plus un sujet.  
Plus un stress.  
Plus une inquiétude en arrière-plan.

Si tu savais que c'est fluide. Stable. Suffisant. Abondant.

Alors...

- Où vivrais-tu ?
- Comment seraient tes journées ?
- Qu'est-ce que tu arrêteras immédiatement ?
- Qu'est-ce que tu oserais enfin ?
- À quoi ressemblerait ton niveau d'énergie ?
- Comment parlerais-tu différemment ?

Écris.  
Sans filtre.

---

---

---

---







## 2. OÙ EN SUIS-JE VRAIMENT ?

---

On va être honnête.

Pas spirituel.

Pas optimiste.

Honnête.

### **Mon rapport actuel à l'argent**

Complète ces phrases sans réfléchir :

- L'argent, c'est...
- Les gens riches sont...
- Quand je gagne beaucoup, je...
- Quand je perds de l'argent, je...
- Avoir plus d'argent me ferait sentir...

Maintenant regarde ce que tu as écrit.

Est-ce que ça donne envie d'être riche ?

Ou est-ce que tu as inconsciemment "sali le terrain" ?

---

---

---

---

---

---

---

---



# 3. MES PLAFONDS INVISIBLES

---

Il y a un chiffre qui te paraît “normal”.

Et un chiffre qui te paraît “trop”.

Trouve-les.

- Le plus gros montant que j’ai déjà gagné en une fois :
- Le revenu mensuel maximum que j’ai déjà atteint :
- Le montant qui me semble encore réaliste :
- Le montant qui me met mal à l’aise rien qu’à l’écrire :

Maintenant observe ton corps.

À partir de quel montant ressens-tu :

- De la culpabilité ?
- De la peur ?
- La crainte d’être jugé ?
- La peur d’être rejeté ?
- La peur de ne pas savoir gérer ?

C’est là ton thermostat financier.

La question n’est pas “comment gagner plus”.

La question est :

Suis-je capable de supporter plus ?

# 4. SUIS-JE PRÊT À RECEVOIR PLUS ?

---

On change de niveau.

Réponds honnêtement :

- Est-ce que je me sens légitime à gagner plus que mes parents ?
- Plus que mes amis ?
- Plus que mon partenaire ?
- Plus que mes frères et sœurs ?

Si la réponse est non...

Alors ton blocage n'est pas stratégique.

Il est relationnel.

Continue :

- Est-ce que réussir pourrait m'isoler ?
- Est-ce que j'ai peur qu'on me critique ?
- Est-ce que j'ai peur de changer ?

Et la plus importante :

Qui serais-je si je n'avais plus d'excuse ?

Respire avec ça.







# 6. MON INTENTION POUR CE DÉFI

---

Pourquoi t'es-tu inscrit ?

Pas la réponse polie.

La vraie.

- Je veux plus d'argent parce que...
  - Je veux changer parce que...
  - J'en ai assez de...
  - Je suis prêt à...
- 
- 
- 

Sur une échelle de 1 à 10 :  
À combien je m'engage ?

Si ce n'est pas 10, qu'est-ce qui bloque encore ?

---

---

Ce que je fais concrètement pour honorer cet engagement :

(Ex : je me connecte chaque matin, je fais les exercices le jour même, je partage dans le groupe...)

---

---

---

Maintenant pause.

Regarde tout ce que tu viens d'écrire.

Ce cahier n'est pas là pour te faire rêver.

Il est là pour te montrer où tu te retiens.

La suite du défi va te donner des outils.

Mais la décision...

Elle est déjà en train de se prendre ici.

Alors je te pose une dernière question avant de continuer :

Es-tu prêt à arrêter de te raconter que tu ne peux pas ?

Ou est-ce que tu préfères encore attendre ?

# 7. MON ENGAGEMENT

---

Je lis cette phrase à voix haute et je la signe :

**"Je m'autorise à changer mon rapport à l'argent. Je suis prête à recevoir ce qui m'est destiné. Ces 5 jours, je me les offre vraiment."**

Date :

Signature :



# UN PETIT CADEAU AVANT DE COMMENCER

---

Avant le Jour 1, je t'invite à faire une chose simple.

Prends une feuille ou ton journal.

Écris en haut : "Cher Argent,"

Et laisse venir ce qui vient. Sans filtre. Sans relire.

Tout ce que tu as envie de lui dire. Tes rancœurs, tes espoirs, tes peurs, tes désirs.

C'est entre toi et lui.

Cette lettre, personne ne la lira. Mais quelque chose se libère quand on dit enfin ce qu'on n'a jamais osé dire.

Et ensuite... on commence. ✨

À lundi ! Nous sommes tellement heureuses de faire ce chemin avec toi.

*Véronique & Sandra*

---

---

---

---

---

