



## 20 QUESTIONS PUISSANTES POUR CHANGER MA VIE

1)- Ce qui m'a le plus motivé à rejoindre le programme JARDINE TON BONHEUR en ce moment de ma vie est...

2)- La raison pour laquelle j'ai une volonté inconditionnelle de réussir dans ce programme et dans ma vie personnelle présentement est...

3)- Si je devais me concentrer sur deux choses avec Mélanie et son accompagnement, elles comprendraient...

4)- Si je suis tout à fait honnête, ce qui m'a empêché d'être qui je voulais vraiment être dans le passé est...

5) Si je suis honnête, la raison pour laquelle je n'ai pas en ce moment exactement ce que je désirais dans la vie est parce que...

6)- Si je suis tout à fait honnête, la raison pour laquelle pas assez de gens ne savent pas ce que je veux réellement et ce dont j'ai besoin est parce que...



7)- Si je suis tout à fait honnête, j'ai hésité à quelques reprises dans ma vie à aller à la poursuite d'une version améliorée de moi-même parce que...

8)- Si je suis tout à fait honnête, la raison pour laquelle je ne me démarque pas plus dans ma vie en ce moment est parce que...

9)- Les émotions qui m'ont retenues d'avancer aussi rapidement que je le pouvais dans le passé sont...

10)- Lorsque j'entends une voix paralysante dans ma tête, elle me dit que...

11)- Si je continue à faire ce que je fais sans rien changer, dans cinq ans, je me sentirai...

12)- Je souhaite toujours avoir plus de temps à faire des choses telles que....

13)- Si je m'inquiétais moins de ce que les autres pensent, la première chose que je ferais probablement est...

14)- Afin d'être la personne que je sais que je peux devenir, je devrais commencer à être/faire/dire ....



Être :

Faire :

Dire :

15)- L'objectif principal sur lequel je vais me concentrer afin d'améliorer ma vie est...

16)- Les raisons pour lesquelles je dois atteindre mon objectif sont...

17)- Les cinq mesures concrètes que je vais prendre pour atteindre mon objectif sont... (ex. : prendre ma santé en main n'est pas assez concret pour que le cerveau puisse comprendre. Faire du vélo 3 X semaine, c'est plus concret)

18)- Ma vie idéale en vaut la peine parce que...

19)- Je sais que je suis plus courageux(se) que je me donne de crédit parce que dans le passé j'ai...

20)- Si je pouvais faire quoi que ce soit dans le monde et SAVOIR que je pourrais contribuer de manière formidable à ma communauté en faisant ce que j'aime, je ferais :  
(Source : Académie Zérolimite)