

Fiche Action

-

L'Élément quand trouver sa voie peut tout changer de Ken Robinson

Prêt(e) à te transformer pour trouver ton Élément ?

- Fais une liste de tout ce que tu aimes faire ou que tu aimerais faire
- Répète toi cette phrase: “Je sais ce qu’il m’est possible de faire”
- Dans la liste, entoure les choses pour lesquelles tu es doué(e) ou que tu aimerais progresser
- Choisis une passion que tu as entouré(e) et que tu as le plus envie de pratiquer
- Choisis un médium qui te convient et
- Pratique
- Adopte un rituel pour entrer dans la zone facilement (méditation, visualisation, une balade...)
- Cherche une tribu, en réel ou sur internet (groupe facebook, forum...)
- Intéresses-toi à tes blocages internes, qu’est-ce qui te fait peur ou douter ?
- Sois toi-même
- Ignore les démotivateurs
- Cherche le positif qu’il peut y avoir dans chaque situation
- Écoute ton intuition
- Attends-toi au meilleur en te disant “Le meilleur est à venir”
- Saisie les opportunités