

Vivre sans peurs

Nos peurs nous empêchent d'avancer et de vivre une vie épanouie.
Apprenez à reprendre le contrôle en suivant mes 3 étapes.

ETAPE 1: Accepter ses parts d'ombre

Je reconnais que j'ai peur et que cela n'est pas grave:



*«Nous sommes des êtres humains
avec leurs capacités et leurs failles»*



ETAPE 2: Définir les actions qui ne connaissent pas la peur

La liste de ce que je ferais sans peur:



ETAPE 3: Créer une routine

Prochain état des lieux le:

*«L'eau qui stagne devient verte et impure.
L'eau qui circule se minéralise et offre la vie.
Soyez une eau riche et ambitieuse».*

