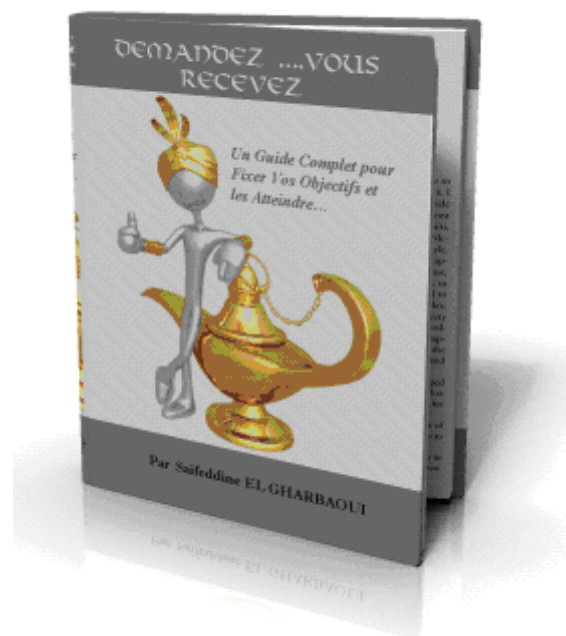


DEMANDEZ ...VOUS RECEVEZ

*« Comment Atteindre Vos Objectifs Facilement
& Rapidement »*



Saif Eddine EL-GHARBAOUI

COMMENT EXPLOITER CE GUIDE DE TRAVAIL AU MAXIMUM ?

Chacun apprend différemment, je voudrais faire quelques suggestions qui peuvent vous être utiles, quand vous lisez ce guide, je vous encourage fortement à l'imprimer et souligner ce qui vous importe le plus et à rédiger des notes dans la marge de ce Cahier de Travail au sujet des choses que vous voulez mettre en application, par la suite, passez en revue ces notes à plusieurs reprises, comme on dit « **La répétition est la mère de l'apprentissage** » vous allez découvrir que vous êtes déjà au courant de certains nombre des idées dans ce guide mais demandez vous si vous les pratiquez? Sinon, faites un engagement immédiatement pour les mettre en action maintenant.

Comme tout le monde vous allez sentir de la résistance en premier lieu, mais ne vous arrêtez pas continuez, vous pouvez chercher deux ou trois de vos amis et créer un « Cerveau Collectif » et s'engager ensemble à imaginer les différents scénarios de vos objectifs les plus importants.

Je vous demande d'appliquer les exercices ensemble car l'effet du groupe est magique.

LA RECETTE MAGIQUE POUR ATTEINDRE TOUS VOS OBJECTIFS

La première création et la deuxième création

Pourquoi la plupart des gens n'arrivent pas à atteindre leurs objectifs, la réponse est simple : « ILS N'ONT NI OBJECTIFS, NI PROJETS, NI PLANS », le manque de VISION dont souffrent notre monde est devenue une maladie qui affecte principalement notre type de communication avec notre cerveau ; Stephen Covey précise que dans toute chose importante dans la vie, on assiste à deux créations, **une création mentale suivie par une création physique.**

La création mentale : c'est la première création qui consiste à voir l'état futur d'une chose qu'on désire avoir avec l'œil mental, cette première création représente nos désirs, nos rêves, nos espoirs, nos objectifs et des plans d'organisation de l'ensemble.

La deuxième création : c'est l'équivalent du désir en réalisation physique, c'est la gestion des plans, le suivi quotidien des comportements et des actes, l'évaluation des résultats, la motivation de soi et des équipes, c'est la correction et l'alignement à la vision.

Le manque de vision est synonyme d'une rupture totale entre vous et votre cerveau, notre cerveau ne peut nous guider vers ce que nous voulons que lorsqu'on lui communique consciemment nos buts et notre vision sur nos objectifs à long et à court terme, en ce moment là, vous vous établissez en relation de communication avec votre cerveau et vous le forcez à travailler à votre faveur et dans le sens que vous désirez.

Vous obtenez ce que vous demandez et seulement ce que vous demandez. Est-ce que vous savez formuler votre demande ?

La première bonne question

La première bonne question à se poser : « **qu'est ce que je veux exactement de ma vie ?** »

Vous devez savoir puis former une image mentale claire et précise de ce que vous voulez. Il va de soi que vous ne

pouvez pas transmettre une idée tant que vous ne l'avez pas eue.

La plupart des gens n'adhèrent pas à la précision des buts et des objectifs et se contentent d'espoirs et de souhaits et préfèrent d'adhérer à l'idée « **Ceux qui réussissent ont de la chance** »

Il ne suffit pas d'avoir un désir global de réussir, de s'enrichir et d'atteindre le succès pour l'obtenir, car tout le monde a un tel désir vague.

Trois Règles pour bien communiquer avec son cerveau

Si vous voulez vraiment établir un champ favorable de communication avec votre cerveau et si vous voulez vraiment bénéficier de ses pouvoirs pour vous guider vers ce que vous voulez, vous devriez :

Règle 1 : Respecter et reconnaître sa capacité extraordinaire à vous guider vers vos objectifs et à créer les possibilités que vous percevez comme impossible auparavant ;

Règle 2 : Etre clair et précis dans l'énoncé de vos buts, vos objectifs et vos projets ;

Règle 3 : Concentrer vos efforts pour bien choisir les mots

pour construire des phrases cohérentes et significatives.

Rappelez-vous, pour réaliser vos désirs et obtenir ce que vous voulez, vous devez avoir une VISION CLAIRE, PRECISE, DETAILLEE suffisamment pour aider votre cerveau à vous aider.

LA VISION ET LE DESIR : Un couple inséparable !!!

Savoir ce que vous voulez de façon précise est la première étape vers le succès et de le vouloir assez intensément pour que cela reste dans vos pensées est la deuxième étape.

Les gens abandonnent leurs projets et leurs objectifs car ils n'ont pas un désir intense suffisant pour que l'image mentale qu'ils ont sur leur devenir soit émotionnellement forte pour activer et maintenir leur volonté, le désir intense mobilise les ressources et maintient l'état d'esprit en éveil par rapport aux buts et objectifs tracés.

Les 7 Etapes indispensables pour atteindre tous vos objectifs

Les gagnants ont bien compris les principes fondamentaux qui régissent leur vie et ils ont agi suivant une démarche simple et naturelle qui se résume en 7 étapes fondamentales et indispensables pour toute personne qui veut vraiment vivre son rêve de destinée.

Votre Mission : suivre les 7 étapes clés pour bâtir votre rêve de destinée

STOP : cette partie est la plus importante dans ce guide, il s'agit essentiellement de la pratique, vous devriez obligatoirement, suivre les 7 étapes par écrit.

Pour vraiment atteindre vos objectifs, il vous suffit de suivre les 7 étapes clés suivantes, en faisant cet exercice appelé « Un Rendez-vous avec Le Futur », maintenant commencez par :

La première étape : « Ecrivez et Désirez ce que vous voulez être, faire et avoir et sans limite, oubliez pour quelques

instants que vous êtes réaliste et devenez un enfant pour quelques minutes, je ne vous demande pas de souhaiter mais de désirer, soyez équilibré dans vos choix et n'oubliez pas que vos objectifs doivent toucher les 7 axes de la vie :

AXE : Objectifs personnels

AXE : Objectifs professionnels

AXE : Objectifs financiers

AXE : Objectifs de santé

AXE : Objectifs de relations et famille

AXE : Objectifs d'aventure et de loisir

AXE : Objectifs spirituels et de contribution

La deuxième étape : « Créez une image mentale claire sur vos objectifs et donnez de l'élan à vos rêves, si vous sentez que vous n'avez pas d'images qui matérialise vos objectifs ça veut dire que vous êtes trop RATIONNEL et votre fauteuil de détente est votre hémisphère GAUCHE »

Premièrement commencez par vos objectifs financiers

Complétez les phrases suivantes :

1. Je possède une somme d'argent sous forme d'épargne de :
2. Je Gagne de grosses sommes d'argent en investissant :
 - En Création d'entreprise :
 - En Bourse :
 - En Immobilier :
 - En Infoproduits :
3. Mon revenu annuel net d'impôt est de :
4. J'ai plus de 3 sources de revenus qui me drainent des gains desans aucun effort de ma part
5. Ma Maison de rêve ressemble à : (décrivez l'intérieur, le paysage extérieur, les couleurs, l'espace, le jardin etc...)
6. Ma Voiture ou (mes voitures) de rêve est : décrivez là.

Deuxièmement pensez à os objectifs professionnels :

Complétez les phrases suivantes :

- 1 . Mon métier de rêve est :
2. Les 12 Compétences clés que je souhaite acquérir sont :
3. Les 3 langues étrangères que je maîtrise sont :
4. Mon entreprise opère dans le secteur dedont un Chiffre d'Affaires mensuel moyen de

Troisièmement passez à vos objectifs personnels :

Complétez les phrases suivantes :

1. Je souhaite cultiver les valeurs suivantes :
2. Les Caractère de ma personnalité sont :(Intelligent, créatif, passionné, etc...)
3. Les livres que je lis chaque mois sont au nombre de
4. Mon étiquette métaphorique souhaiteriez avoir (le créateur des possibilités, le serviteur, le catalyseur de changement, ...) ?

Quatrièmement passez à vos objectifs de loisirs

Complétez les phrases suivantes :

1. Je passe....heures par jour avec ma famille
2. J'organise des activités de plaisir avec ma famille comme :
3. Je voyage avec plaisir au pays suivant :
4. Je vis des aventures de rêves comme :
5. Je partage des jeux avec mes enfants comme :
6. J'ai une maisonnette au bord de la mer, un jet, une collection d'art(listez vos propres choix)

Cinquièmement pensez à vos objectifs de relations avec la famille et avec les autres

Complétez les phrases suivantes :

1. Ma relation avec mon conjoint (e) est pleine de : (amour , respect etc...
2. Ma relation avec mes enfants est régie par :

Sixièmement pensez à votre santé

Complétez les phrases suivantes :

1. Mon corp ressemble à
2. Je pèse.....kg
3. Je respecte mes séances de sport...
4. Je soigne mon régime alimentaire qui composé de :

Septièmement concentrez-vous sur vos objectifs de contribution

Complétez les phrases suivantes :

1. J'aide les gens en faisant :

2. Je distribue au minimum...% de mes revenus mensuellement
3. J'aide les gens défavorisés par...
4. Je contribue dans la vie de ma famille, mes collègues au travail en....

La troisième étape : « Maintenant vérifiez vos objectifs si ils sont bien des vrais objectifs et ce en suivant *Quelques règles de conduite qui sont au nombre de 5 règles pour réussir un bon plan d'objectifs pour votre vie.*

Règle 1 : Rédigez vos objectifs au présent, ne dites pas « je souhaiterais, je veux être... » Mais dites plutôt « Je maîtrise la communication en anglais », même si ce n'est pas le cas actuellement, mais votre cerveau va se conformer à cette image que vous voulez vraiment.

Règle 2 : Vous devriez être le seul responsable à atteindre cet objectif, éloignez vous au maximum des objectifs qui dépendent des autres ou de votre environnement exemple : « je veux bien apprendre ceci ...mais cela dépend de... » Votre cerveau se limite complètement et ne suit plus, car vous lui ordonnez de ne pas se mettre en action puisque d'autres éléments extérieurs doivent rentrer en jeu.

Règle 3 : Ne formulez jamais votre objectif en termes négatifs : « je ne veux plus faire cela... » « je veux que mes problèmes d'argent cessent... », Votre cerveau effectue des liaisons entre les mots que lui sont communiqués par exemple entre « l'argent et problème », et de ce fait il ne va jamais vous résoudre vos problèmes financiers puisque pour lui l'argent est un problème qu'il doit éviter au maximum.

Règle 4 : Comment savez vous que vous avez atteint votre objectif, et comment les autres savent que vous avez atteint cet objectif ? La plupart des gens fixent des objectifs mais ne se donnent pas des signaux et des repères relatifs à l'achèvement d'un objectif donné, le cerveau en manque de signaux ne vous donne jamais un feed back sur le degré de réalisation de votre chemin, par contre il vous émet toujours des signaux sous forme d'émotions « peur » « stress ».

Règle 5 : Qu'est ce que ça m'apporte si j'atteins cet objectif ? Si vous vous fixez un objectif sans savoir pourquoi vous l'avez fixé et bien votre cerveau de même ne va pas suivre, il aura du mal à comprendre pourquoi travailler pour l'ambiguïté, d'une manière générale le cerveau se mobilise pour deux raisons principales :

1. Quel plaisir je pourrais avoir si j'atteins cet objectif ?
2. Quelle douleur je pourrais sentir si je n'atteins pas cet objectif ?

Sachez que le cerveau se motive pour se procurer du plaisir et fuir de la douleur.

La cinquième étape : « Fixez 4 objectifs à atteindre au cours de cette année et puis Imaginez mentalement que vous avez déjà réussi vos objectifs, que sentez vous ? Plongez vous d'une manière profonde dans votre devenir de réussite ? Écrivez vos sentiments, Rédiger en bas de chaque objectif, en quoi est il important d'atteindre cet objectif, quelles sont vos motivations, quelles sont vos valeurs rattachées à cet objectif et surtout répondez à cette question, quel est le prix que vous êtes prêt à payer pour atteindre cet objectif ? »

La Sixième étape : « Notez quel type de personne vous devriez être pour atteindre vos objectifs puis Recensez 5 compétences, 5 qualités, 5 croyances que vous devriez avoir pour réussir vos plans.

Nous parlons beaucoup de la réussite, des objectifs, du succès mais nous nous parlons de moins en moins de ce que

cela exige de nous même...ceux qui ont réussi ont des caractères, des croyances, des valeurs et des comportements spécifiques et c'est pour cela ils ont réussi.

Réfléchissez pendant un moment sur les habitudes que vous devriez acquérir, les croyances à modifier et à avoir, les aptitudes et les qualités fondamentales d'un gagnant. »

La septième étape : « et maintenant programmez vous aux succès, vous devriez alimenter votre système nerveux par des preuves d'engagement pour qu'il crée facilement vos habitudes inconscientes vers l'atteinte de vos objectifs et ce en revoyant chaque jour vos objectifs, de les lire et de les réécrire, de les revoir et de les mettre à jour, de chercher plus de motivations pour les atteindre »

Votre cerveau a besoin des signaux clairs et précis de ce qu'il doit réaliser, il est suffisamment puissant pour vous y conduire mais il ne peut le faire qu'à partir d'images chargées d'émotions et bien définies, je vous ai démontré 7 étapes clés de la réussite, prenez le temps et l'engagement pour faire ces exercices, croyez moi , cela en vaut la peine d'écrire votre destinée désirée au lieu qu'elle soit écrite par quelqu'un d'autre ou par votre environnement, vous vous laissez au LAISSER-ALLER. Quoi qu'il vous en coûte suivez

donc une par une les 7 étapes pour fixer vos buts et vous aurez tout à gagner.

Jusqu'à cette étape, je pense vous avoir donné une matière pour bien préparer votre Rendez-vous avec le futur. En suivant ce guide, vous allez pouvoir créer votre vision et cultiver votre sens d'identité pour se développer et aller de mieux en mieux.

Cliquez sur le logo correspondant

Visitez Mon Profil sur Facebook



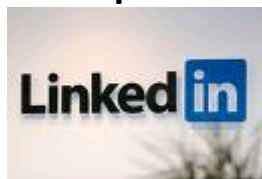
Suivez mes nouvelles et mes réalisation sur Twitter



Consultez mon profil sur viadeo



Consultez mon profil sur LinkedIn



Votre Ami

Saif Eddine EL GHARBAOUI

Acp_tc@yahoo.fr