

Tes projets



Maintenant que tu as compris l'importance capitale d'avoir des projets, laisse-moi te guider vers la prochaine étape : dresser la liste de tes rêves, y compris les plus fous. **Es-tu prêt.e à oser rêver grand ?**

Souviens-toi, si ton rêve te semble facile à atteindre, c'est qu'il n'est pas assez grand. Ne limite pas ton imagination, laisse-la s'envoler vers des horizons infinis. Permits-toi de rêver sans limites, car c'est dans ces rêves audacieux que réside le potentiel extraordinaire de ta vie.

La Bucket List



Depuis le début de cette incroyable aventure, nous avons compris à quel point il est crucial de se fixer des objectifs et de les atteindre. En effet, **l'être humain a besoin de se donner des buts concrets pour avancer et se sentir épanoui.**

Tu as sûrement déjà entendu parler de la fameuse Bucket List, cette liste qui regorge de toutes les envies et aspirations que nous souhaitons réaliser dans notre vie. Mais as-tu déjà ressenti cette curiosité intense qui te pousse à la créer toi-même ?

C'est le moment de laisser parler ton cœur et ton esprit. Permits-toi d'explorer tes désirs les plus profonds et de les inscrire sur cette liste magique. Rêve sans limites, imagine les expériences incroyables que tu souhaites vivre, et écris-les avec passion et détermination.

Car c'est en donnant vie à tes rêves les plus audacieux que tu ouvriras la porte à une existence exceptionnelle, remplie d'aventures inoubliables et de moments précieux. Ne laisse aucune envie de côté, car chaque désir que tu inscries sur ta Bucket List est une étincelle qui illuminera ta vie.

Alors, prêt.e à te lancer dans cette merveilleuse exploration de tes aspirations les plus profondes ? Ta Bucket List t'attend, impatiente de te voir accomplir des miracles.

Allez.. on y va !



Je vais te guider pour réaliser ta Bucket List en sélectionnant 5 projets réalisables. Suis ces étapes simples :

1. Crée un tableau à 4 colonnes (je l'ai fait pour toi sur la page suivante).
2. Dans la première colonne, réponds à la question : "Quelles sont les choses que je souhaite absolument faire avant de mourir ou d'être en mauvaise santé ?" Laisse libre cours à ton imagination et explore tous les domaines de ta vie : voyages, travail, famille, développement personnel, sport, fêtes, loisirs, etc. Inscris tout, même tes rêves les plus fous, sans te limiter. Prends ton temps et essaie d'écrire au moins 20 idées, mais pas plus de 50.
3. Dans la deuxième colonne, classe tes envies par ordre de priorité, du rêve qui te fait le plus envie à celui qui te semble le moins enrichissant. Numérote-les de 1 à X, en commençant par ce qui te passionne le plus.
4. Dans la troisième colonne, évalue la faisabilité de chaque idée en termes de temps et de situation. Donne un chiffre de 1 à X, en plaçant 1 pour les idées les plus faciles à réaliser.
5. Dans la quatrième colonne, additionne les chiffres de la deuxième et de la troisième colonne pour chaque envie.
6. Les envies ayant le total le plus faible sont celles qui te font le plus envie et qui sont les plus réalisables. Sélectionne les 5 premières idées de la quatrième colonne, isole-les et précise-les davantage.
7. Pour chaque idée, fixe-toi un délai réaliste pour la réaliser. Cela te servira d'engagement envers toi-même. Il est important de le faire pour éviter de remettre à plus tard et finalement ne jamais réaliser tes envies.

En suivant ce processus, tu pourras créer une Bucket List concrète et te donner les moyens de réaliser tes rêves les plus chers. N'oublie pas d'être précis et déterminé dans tes objectifs afin de concrétiser tes aspirations et vivre une vie pleine de sens et de réalisations.

Ma Bucket List