



**MASTERCLASS**  
Avec Mika Denissot

# *Le bien-être en relation*

**Jour 1**

**La triade du  
bien-être relationnel**



**LE BIEN-ÊTRE EN RELATION**

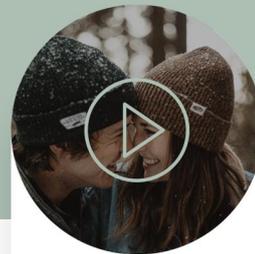
[www.soulinamind.com](http://www.soulinamind.com)

© Soul in a Mind 2019



Soul in a Mind

*Pour être celui que vous devez être, à l'endroit où vous voulez aller - Académie Self Mastery "La maîtrise de soi"*



VOIR LA VIDÉO

## Faites le point dans vos relations

Qui est la personne la plus importante dans votre vie aujourd'hui, dans vos différentes zones de vie ? Indiquez le nom et notez votre connexion à elle, de zéro à dix. Zéro la relation est vide et 10 elle est extraordinaire, riche de sens, d'amour et de profondeur.

Ensuite, marquez - pour chacune des relations - ce que vous allez mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de chaque relation.

**Relation 1 :** \_\_\_\_\_

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Relation vide*

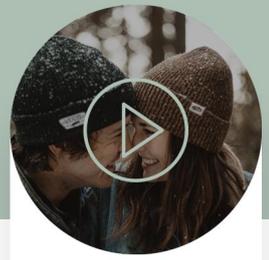
*Relation exceptionnelle*

Actions que je vais mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de ma relation :



Lire l'article du blog  
sur le régime Alcalin





VOIR LA VIDÉO

## Faites le point dans vos relations

**Relation 2 :** \_\_\_\_\_

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Relation vide*

*Relation exceptionnelle*

Actions que je vais mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de ma relation :

**Relation 3 :** \_\_\_\_\_

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Relation vide*

*Relation exceptionnelle*

Actions que je vais mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de ma relation :





VOIR LA VIDÉO

## Faites le point dans vos relations

**Relation 4 :** \_\_\_\_\_

**1    2    3    4    5    6    7    8    9    10**

*Relation vide*

*Relation exceptionnelle*

Actions que je vais mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de ma relation :

**Relation 5 :** \_\_\_\_\_

**1    2    3    4    5    6    7    8    9    10**

*Relation vide*

*Relation exceptionnelle*

Actions que je vais mettre en place dès aujourd'hui pour élever la valeur et l'intensité de ma relation :



Pour aller plus loin  
dans votre relation intime...



## La symbiose du couple



Votre processus de transformation et d'élévation dans vos relations et principalement votre relation intime.

**-44%**

A tous les participants  
de ce Masterclass

EN SAVOIR PLUS  
SUR LA FORMATION

