

The Precious Life

# LE RECUEIL DES AMBITIONS

## THE BOOK OF AMBITIONS

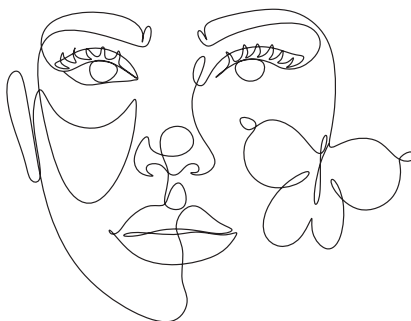


eBook - January 2022 Edition

# TABLE DES MATIÈRES

## TABLE OF CONTENTS

- 3 BIENVENUE - **WELCOME**
- 4 INTRODUCTION & OBJECTIFS - **INTRODUCTION & OBJECTIVES**
- 6 AU REVOIR AU PASSÉ - **LET'S CLOSE THE PAST**
- 8 QUE VEUX-TU AUJOURD'HUI ? - **WHAT DO YOU WANT TODAY?**
- 10 TES AMBITIONS - **YOUR AMBITIONS**
- 11 **11 GOALS - 11 GOALS**
- 12 **11 MOIS, 11 GOALS - 11 MONTHS, 11 GOALS**
- 13 **11:11-2022 - 11:11-2022**
- 14 **MERCI - THANK YOU**
- 17 A PROPOS D'AUDREY - **ABOUT AUDREY**



# BIENVENUE

## WELCOME

🇫🇷 Bienvenue dans ce module intitulé : « 11 MOIS, 11 GOALS - 2022, UNE ANNÉE D'AMOUR ET D'OR »

Quelle joie c'est pour moi de vous offrir ces mots et méthodes pour faire de 2022 une année synonyme de santé, de bonheur et de prospérité, une année d'amour et d'or !

Prends un crayon et des crayons de couleurs ou des surligneurs (3 c'est très bien).

Tu peux aussi prendre un cahier de notes bien sur.

Traite de bavardages. Commençons à présent. Rendez-vous au Live (lien dans l'email !)

🇺🇸 Welcome to this module named: "11 MONTHS, 11 GOALS - 2022, YEAR OF GOLD AND LOVE"

What a joy it is for me to offer you these advice and methods to make 2022 the year of health, happiness and prosperity, full of gold and love! <3

Take a pencil and colored pens or highlighters (3 are enough).  
You can also take a notebook of course.

Let's start now. Meet me LIVE (link is in the email you have received).



# INTRODUCTION & OBJECTIFS

## 11:11

En numérologie, 11:11 est l'une des combinaisons de nombres les plus chanceuses. Les numéros porte-bonheur nous guident vers de meilleures choses dans la vie et transmettent souvent des messages du moi supérieur. 11:11 équivaut à la chance, mais il est également considéré comme un nouveau départ ou un signe que tu es sur la bonne voie. La Première Guerre mondiale s'est même terminée à 11 heures du matin le 11ème jour du 11ème mois de 1918 ! Garde à l'esprit que le le fait de voir 11:11 sur l'horloge fait que la chance est de ton côté !

## 2022

2022 est un autre numéro porte-bonheur qui est si puissant qu'il peut changer ta vie. Combiné avec 11:11, l'année 2022 te présentera des opportunités, de nouvelles initiatives et beaucoup d'amour et de succès. Le numéro porte-bonheur 2022 indique que tu dois être attaché à tes principes spirituels ainsi qu'à ton propre chemin spirituel.

Ne te sens pas obligé de te consacrer immédiatement à une activité spirituelle ! C'est simplement une possibilité : une fois que tu as entamé ton parcours spirituel, tu voudras peut-être explorer l'intensité de ta connexion avec les anges. 2022 est donc l'année idéale pour définir tes ambitions et atteindre tes objectifs.

## 22

Le nombre angélique 22 est connu pour être le numéro d'âme le plus créatif et le plus puissant qui soit. C'est un nombre maître et cela signifie que tu es capable de faire face aux difficultés avec aisance et puissance, pour atteindre tes objectifs et tes désirs. Le nombre 22 t'aide à concrétiser tes rêves et à devenir ta réalité. De nombreux attributs puissants sont associés au nombre 22, tels que la confiance et l'empathie. Enfin, 22, c'est un signe que tes efforts t'amèneront vers tes objectifs.

Belle lecture,

Audrey

# INTRODUCTION & OBJECTIVES

## 11:11

In numerology, 11:11 is one of the luckiest number combinations. Angel numbers guide us towards better things in life and often transmit messages from our higher self. 11:11 signifies chance, but it is also seen as a fresh start or a sign that you are on the right track and heading in the right way. After all, World War I came to an end at 11 a.m. on the 11th day of the 11th month in 1918. Keep in mind that witnessing 11:11 serves as a gentle reminder that your guides are always nearby!

## 2022

This is yet another angel number that is so powerful that it can change your life. Combined with 11:11, the year 2022 will be presenting you opportunities, new ventures and lots of love and success. Angel Number 2022 indicates that you must be committed to your spiritual principles as well as your own spiritual path.

This isn't a call to immediately engage in some spiritual activity. It's simply a suggestion that once you've started down your spiritual path, you might want to explore deepening your connection with your angels for additional direction and assistance. 2022 therefore makes it the perfect year to write down your ambitions and goals.

## 22

The angel number 22 is known to be the most creative and powerful soul number out there. It is a master number and it signifies that you are able to face struggles with ease and power, to achieve your goals and desires. The number 22 helps you to make your dreams come into life and become your reality. Many powerful attributes are associated to the number 22, such as trust and empathy. Finally, it is a sign your efforts will lead you to achieving your goals!

Enjoy the Book Of Ambitions  
Audrey

# ATELIER

## Au revoir au passé / Let's close the past

Voici quelques questions pour fermer les quelques portes encore ouvertes sur 2021 et éventuellement les quelques années antérieures. Idéal pour accueillir de nouvelles énergies et planifier nos succès en pleine conscience.

Here are some questions to close the doors that might still be open from 2021 and possibly the previous few years. Ideal to welcome new energies and plan our successes mindfully.

1. Les choses que tu n'apporteras pas avec toi sur 2022 à partir de maintenant !

1. The things you won't bring with you in 2022 from now on!

.....

.....

.....

.....

.....

2. Les 3 à 10 choses qui ont illuminé 2021 pour toi dans le business et le personnel

2. 3 to 10 things that lit up 2021 for you in your business and personal life

.....

.....

.....

.....

.....

3. 1 à 3 choses tu ne regretteras plus de ne pas avoir accomplies à partir de 2022

3. 1 to 3 things you will no longer regret not having accomplished in 2022

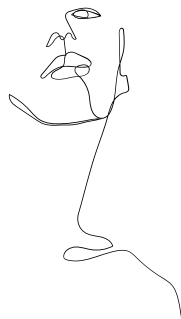
.....

.....

.....

.....

.....



# ATELIER

Petit rituel de libération au choix

Small release ritual of your choice

Par exemple :

Prière

Engagement oral

Méditation

Encens

Danse

Dessin

Déchirer le papier des choses que tu ne veux plus etc.

For example :

Pray

Oral commitment

Meditation

Incense

Dance

Design

Tearing up a paper of things you no longer want etc.



# ATELIER

Que veux-tu aujourd'hui ? / What do you want today?

En route vers toi et ton futur !

On the way to you and your future!

4. Tu es ton TOI idéal. Comment es-tu ? Comment te sens-tu ? Décris toi physiquement, tes émotions, tes qualités. Pas de modération ou demi-mesure !

4. You are your ideal YOU. How are you ? How do you feel ? Describe yourself physically, your emotions, your qualities. No moderation or half measures!

[illegible]

5. Ton TOI IDEAL, que fais-tu dans la vie personnelle et professionnelles ?

Quelles sont tes activités ? Combien gagnes-tu ? Combien d'heures travailles-tu ? Oui, tu peux tout à fait réaliser plusieurs choses !

5. Your IDEAL YOU, what do you do? In your business and personal life? What are your activities? How much do you earn? How many hours do you work? Yes, you can totally have several activities.

[illegible]

## ATELIER

6. Ton TOI IDEAL et ton épanouissement personnel : liste tes amours. Que fais-tu pour te détendre, apprendre, vivre heureux(se) ? Raconte ta vie comblée de joie !

6. Your IDEAL YOU and your personal fulfillment: list of loves. What do you do to relax, learn, live happily? Tell us about your life filled with joy!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Rituel de manifestation – mini visualisation (avec Audrey)

Manifestation ritual - small visualisation (with Audrey)



A toi de jouer !

Your turn!

## Le processus de transmutation : Tes Ambitions Transmutation Process: Your Ambitions

Nomme 2 à 3 ambitions d'amour et d'or à atteindre en 2022. Tu peux t'inspirer de tes réponses aux questions #3, #5 et #6.

List 2 to 3 GOLDEN AMBITIONS for you to reach in 2022. You can get inspired by your answers to the questions #3, #5 and #6.

OPTION #1 : tu choisis 2 à 3 ambitions soit professionnelles soit personnelles et tu entoures avant chaque ambition le côté de ta vie que ca concerne

OPTION #1: you choose 2 to 3 ambitions either professional or personal and you circle before each ambition the side of your life that it concerns

7.Business/Personal.....  
8.Business/Personal.....  
9.Business/Personal.....

OU/OR

OPTION #2 : tu choisis de segmenter différemment par l'alignement de ton corps, cœur et esprit ou santé, bonheur et prospérité/réussite

OPTION #2: you can choose to segment differently by the alignment of your body, heart and mind or health, happiness and prosperity/success

7.Corps/Body.....  
8.Cœur/Heart.....  
9.Esprit/Mind.....

Qu'est-ce qui peut t'empêcher de te réaliser ?

What can keep you away from your dreams/goals?

7.....  
8.....  
9.....

Pourquoi ce sont des mensonges, peurs ou fausses croyances ?

Why are these lies, fears or false beliefs?

7.....  
8.....  
9.....

**Le processus de transmutation : 11 GOALS**  
**Transmutation Process: 11 GOALS**

Liste pour chaque ambition, 2 à 3 goals (objectifs) à mettre en place en 2022.  
List for each ambition, 2 to 3 goals (objectives) to be implemented in 2022.

- 7.....
- 8.....
- 9.....

Sélectionne maintenant 11 objectifs ou moins dans la liste ci-dessus, liste-les ci-dessous par ordre de priorité (urgence et importance) – tu peux ajouter un signe ou une couleur pour lier chaque objectif à son ambition si besoin.  
Now select 11 goals or less out of the list above. List them below by order of priority (urgency and importance) – you can add a sign or a color to link each goal to its ambition if needed.

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....

## Le processus de transmutation : 11 MOIS, 11 GOALS

### Transmutation Process: 11 GOALS, 11 MONTHS

C'est parti. Pour chaque goal, estime la date de départ et la durée potentielle et commence du plus urgent/important bien entendu. Tu as le droit de te tromper, de changer d'avis, de finir plus tôt ou plus tard. Aucun souci !

Let's go. For each goal, plan the starting date and the potential duration and start from the most urgent/important of course. You have the right to be wrong, to change your mind, to finish sooner or later. No problem !

#### RETROPLANNING

| Goals /Month | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| #1           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #2           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #3           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #4           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #5           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #6           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #7           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #8           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #9           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #10          |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| #11          |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |



## Le processus de transmutation : 11:11-2022

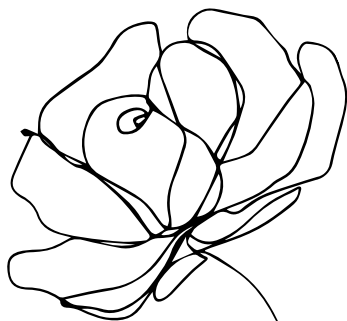
### Transmutation Process: 11:11-2022

10. Que faire à présent avec ce retro-planning ? Liste 3 choses à mettre en place dès demain matin !

10. What to do now with this retro-planning? List 3 things to put in place first thing tomorrow!

11. Quelle est ta récompense pour ces efforts ? Pourquoi t'engages-tu et qu'as-tu à gagner ? Ton cadeau pour accomplir ces 11 goals en 11 mois sur 2022 !

11. What is your reward for these efforts? What are you getting from them? Your gift to accomplish these 11 goals in 11 months out of 2022!

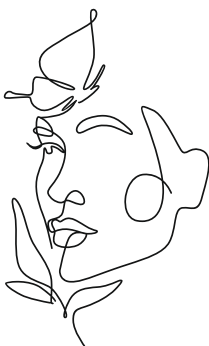


Audrey Kabla

**Merci**

---

**Thank You**



## Merci

Dear Happy Achiever, Dear Happy Creator,

Merci d'avoir pris le temps de jouer avec nous. En planifiant nos jours heureux à venir dans la joie et la simplicité, nous semons les graines du bonheur et de la réussite en abondance.

Je t'invite à mettre une alarme mensuelle ou bimensuelle pour (re)visiter tes mots et ton planning. Tu peux également faire comme moi et épingler chaque page importante sur votre « battle board » ou bien à l'endroit où tu peux le voir quelques jours au moins dans le mois (tous les jours c'est toujours mieux).

Rien n'est gravé dans la pierre. N'aies pas peur de changer tes plans. Tes rêves ont le droit d'évoluer aussi et si cela transforme tes ambitions, c'est normal. Si tu sens que certaines choses ne sont plus pour toi, dis-leur au revoir. Prends le temps. Je sais au combien c'est dur d'accepter de dire au revoir pour accueillir de nouvelles choses. Ce n'est pas le sujet du jour mais le premier module de THE PRECIOUS LIFE, intitulé Positive Cleansing, est fait pour t'accompagner à faire le vide pour accueillir les changements. Pour en savoir plus, c'est **ICI**

Tu as le droit de ralentir aussi. La vie est une course de fond et les dernières années nous le prouvent bien.

Enfin, une dernière chose importante : CELEBRONS NOS WINS ! ou plutôt en bon français, CELEBRONS NOS VICTOIRES !

Prends le temps de te féliciter. Cela marche dans le business comme dans la vie privée, avec toi, tes collègues/collaborateurs et tes proches !

Si tu as pris du temps pour toi, si tu as mieux dormi, si tu as déjeuné en pleine conscience... dis-toi merci et bravo ! La meilleure façon d'arriver à atteindre toutes tes ambitions de 2022, c'est avant tout de faire la fête à chaque fois que tu te bouges, que tu sors de ta zone de confort, que tu t'élèves vers tes rêves et que chaque soir comme chaque matin, tu souris.

Pour terminer, merci de me faire confiance. Les frontières qui séparent nos vies sont encore plus présentes alors que la meilleure façon de réussir et prospérer restent avant tout d'allier à l'excellence professionnelle, le bien-être et la joie. Parce que tu mérites bien tout sur terre et au-delà.

Audrey

## Thank You

Dear Happy Achiever, Dear Happy Creator,

Thank you for taking the time to have fun with us. By planning our future happy days with joy and simplicity, we plant the seeds of happiness and success in abundance.

I invite you to set a monthly or fortnightly alarm to (re)visit your words and your schedule. You can also do like me and pin each important page on your "battle board" or where you can see it a few days at least in the month (every day is always better).

Nothing is set in stone. Don't be afraid to change your plans. Your dreams have the right to evolve too. And if that changes your ambitions, that's normal. If you feel that some things are no longer for you, say goodbye to them. Take the time. I know how hard it is to accept saying goodbye to welcome new things. This is not the topic of the day, but the first module of THE PRECIOUS LIFE, entitled Positive Cleansing, is made to help you clear your mind to welcome changes. To find out more, it's [HERE](#)

You have the right to slow down too. Life is a long-distance race and the last few years prove it to us.

Finally, one last important thing: CELEBRATING OUR WINS! or rather in French, CELEBRONS NOS VICTOIRES !

Take the time to congratulate yourself. Adapt it in your business and in private life, with you, your colleagues/collaborators and your loved ones!

If you took time for yourself, if you slept better, if you had lunch in full consciousness... say thank you and congratulations! The best way to reach all your ambitions for 2022 is above all to party every time you move, step out of your comfort zone, rise towards your dreams and every evening like every morning, and smile.

Finally, thank you for trusting me. The borders that separate our lives are even more present, while the best way to succeed and prosper remains above all to combine professional excellence, well-being and joy. Because you deserve everything on earth and beyond.

Audrey

## Quelques mots sur moi

Bonjour, je suis Audrey. J'ai créé DAY ROSE pour soutenir les entrepreneurs, les artistes, les voyageurs et les parents à s'épanouir constamment et à se rapprocher de leurs rêves.

La vie est un cadeau précieux. Je crois que la meilleure façon de la célébrer chaque jour est d'oser être qui nous sommes vraiment. Cela signifie construire le style de vie que nous désirons, apprendre à nous connaître et nous aimer inconditionnellement. Quelle meilleure façon de dire merci que de cultiver le bonheur ?

Je me considère comme une entrepreneuse en série, une artiste, une nomade et une mère comblée.

Voici quelques faits à mon sujet : Avec plus de 18 ans d'expérience au sein de l'industrie du luxe et plus d'une décennie en tant que nomade indépendante, j'ai formé pas moins de 7000 personnes et travaillé avec plus de 50 marques. J'ai atteint un revenu annuel à 6 chiffres à 32 ans, j'étais un auteur publié à 33 ans, j'ai vécu 60% du temps en voyageant pendant plus d'une décennie... et pourtant je n'étais ni heureux ni fier de moi. J'avais l'impression de vivre une vie qui n'était pas vraiment la mienne. Je poursuivais des objectifs qui n'étaient pas les miens. J'avais le sentiment de perdre mon temps et, assez rapidement, j'ai perdu la clarté sur qui j'étais vraiment.

Lorsque je suis devenue mère, j'ai réalisé que la seule façon d'apprendre à mon fils à croire en ses rêves était de faire tout ce que je pouvais pour réaliser les miens. Le fait d'être un parent célibataire m'a peut-être donné encore plus de raisons de me sauver pour lui montrer que tout est possible dans la vie.

Tant de choses se sont produites depuis cette promesse que je me suis faite. Je me suis ouverte à la spiritualité, ce qui m'a aidée à trouver la clarté, la concentration et la confiance dont j'avais besoin. J'ai travaillé dur pour reconstruire mon estime de soi. Mon corps est mon temple. Je consacre du temps à ma famille et je fais de mon mieux pour être la meilleure mère que mon fils puisse avoir. Nous avons déménagé pour vivre au bord de l'eau et sous le soleil. Je fais le grand saut dans mes activités professionnelles en me rapprochant de mon objectif de servir plus et mieux tout en exprimant mon âme artistique.

Je suis ici pour partager avec toi les techniques et méthodes que j'ai apprises et appliquées pour être inspirée et manifester mes rêves. The Precious Life est ma façon de partager avec toi comment prospérer en restant fidèle à toi-même et à tes rêves.

Merci de prêter mes mots. Je te souhaite la vie la plus précieuse qui soit.  
Audrey

day-rose.com - @audreykabla - dayrose.collective@gmail.com

## A few words about me

Hello, I am Audrey. I created DAY ROSE to support entrepreneurs, artists, travelers and parents thrive constantly and move closer to their dreams.

Life is a precious gift. I believe the best way to celebrate it every day is to dare being who we truly are. This means building the lifestyle we desire, getting to know ourselves while loving ourselves unconditionally. What better way to say thank you than to cultivate happiness?

I think of myself as a serial entrepreneur, an artist, a nomad and a fulfilled mother.

Some facts about me: With over 18 years within the Luxury industry and more than a decade as a self-employed nomad, I trained no less than 7000 people and worked with over 50 brands. I reached the 6 figures revenue/year by 32 years old, I was a published author by 33, I lived 60% of the time traveling for over a decade... and yet I wasn't happy nor proud of myself. I had the feeling of living a life that wasn't really mine. I was chasing goals that weren't mine. I had a feeling of wasting my time and soon enough I lost clarity of who I really was.

When I became a mother, I realised the only way I could teach my son to believe in his dreams was if I had done all I could to achieve mine. Being a single parent may have given me even more purpose to save myself to show him that everything is possible in life.

So many things happened since this promise I made to myself. I opened myself to spirituality which helped me get the clarity, the focus and the confidence I needed. I worked hard to rebuild my self-esteem. My body is my temple. I devote time to my family and I do my best at being the best mother my son could have. We have moved to live by the water and under the sun. I am doing the big shift in my professional activities getting closer to my purpose of serving more and better while expressing my artistic soul.

I am here to share with you the technics and methods I have learnt and applied to get inspired and manifest my dreams. The Precious Life is my way to share with you how to thrive constantly remaining true to yourself and to your dreams.

Thank you for reading my words. I wish you the most precious life there is.  
Audrey

day-rose.com - @audreykabla - dayrose.collective@gmail.com

**La Fin**

---

**The End**