

Les Secrets de Mon Succès

Slavica Bogdanov

Copyright © 2015 Slavica Bogdanov

All rights reserved.

ISBN-13: 978-1514647653

ISBN-10: 1514647656

TABLE DES MATIÈRES

1	Tout est possible	1
2	Les 3 piliers de votre réussite	15
3	Se créer des buts	29
4	La gestion de temps	43
4	Les lois fondamentales	56
5	Conclusion	92
	A propos de l'auteur	94

1 TOUT EST POSSIBLE

IQui suis-je ?

Mon nom est Slavica Bogdanov et je suis coach de succès. Je suis aussi conférencière, et surtout auteure. J'ai publié déjà plus de 20 ouvrages et ça continue. Je me spécialise entre autres dans les lois du succès et la loi de l'attraction. Je la maîtrise vraiment très bien, et donc je l'enseigne aux autres.

Ceux qui me connaissent peu ou pas, ou qui viennent juste de me connaître pensent que j'ai toujours été riche ; d'ailleurs j'ai reçu des compliments du genre « bien oui, ça a été facile pour toi ! C'est évident pour toi, c'est normal que tu aies réussi ! »

Beaucoup de gens pensent que je suis née avec une cuillère en or dans la bouche, ou que j'ai toujours vécu dans l'aisance et c'est pour cela que maintenant ma vie

est si merveilleuse et que je vis un rêve continual.

Qui étais-je ?

Et bien détrompez-vous ! Ça n'a pas été le cas. Au contraire, quand j'étais plus jeune (et d'ailleurs jusqu'à très peu de temps, une dizaine d'années), les gens auraient pu dire que je n'avais pas de chance. En plus, j'étais née un 13 ☽ alors beaucoup de gens pourraient s'imaginer que ma vie serait lamentable suite à des désastres.

Elle a commencé ainsi ; j'ai eu beaucoup de défaites, peut-être plus de défaites que la plupart des gens, que la moyenne des gens. J'ai eu une enfance très difficile. Je vous épargne les détails, mais elle était plus difficile que la moyenne.

Ensuite, à l'école j'étais plus jeune que la moyenne des autres camarades, et j'étais très studieuse. Tout le monde se moquait de moi et on me tapait dessus, et j'étais mal traitée à l'école. On m'a rabaisée parce que j'étais intellectuelle, je n'étais pas une des filles cool qui parlaient à tout le monde, mais j'étais le nez dans mes livres parce que j'étais extrêmement timide, excessivement timide. Je n'arrivais pas à parler, surtout aux garçons ; j'avais très peur de parler aux garçons, et même de parler aux autres.

Aujourd'hui, je suis conférencière, donc je suis quand même passée à travers cette peur, mais à l'époque,

j'avais vraiment peur de ça. J'ai toujours été dans les livres ; c'était comme mon havre de paix.

Ensuite, après l'école, j'ai quand même vécu deux mariages catastrophiques, qui se sont terminés par des divorces qui ont vraiment mal fini ; d'ailleurs c'étaient des relations qui étaient très néfastes pour moi, personnellement.

J'ai vécu une faillite complète, donc économiquement « zéro caput ». Donc je connais, je sais ce que c'est.

J'ai eu du surpoids. Je me suis débarrassée il y a quelque temps, il y a à peu près 3 ans, de 30 kg en trop. Donc, j'avais ça aussi comme problème. Alors j'avais des problèmes de santé, de dos, mon nerf sciatique qui était coincé à un moment donné. C'était catastrophique. Ça m'a réveillé d'ailleurs, parce que j'allais recommencer à travailler. J'étais devenue indépendante financièrement et j'ai voulu recommencer à travailler pour une entreprise. Et le matin où j'ai commencé mon emploi, mon dos s'est complètement bloqué avec une douleur aigüe.

J'ai compris que tout mon âme, mon corps, tout raisonnait négativement face à retourner sur le marché de travail et faire quelque chose que je n'aimais plus faire.

Donc, je suis comme beaucoup d'entre vous, sinon comme peut-être pire que vous. J'ai vécu énormément

de désastres financiers et émotionnels.

Il y a quelqu'un qui m'a fait la remarque une fois « Tu as fait la faillite dans tous les aspects de ta vie ». Ce n'était pas très gentil mais c'était presque réaliste. Qu'est ce qui s'est passé ? Et bien un jour, j'étais au plus bas du bas, je ne voyais vraiment pas d'autres solutions que de me "suicider" mais je trouvais ça trop dramatique, et j'ai vraiment levé les bras au ciel en étant désespérée.

Je me suis dit « Bon, s'il y a une petite lumière dans toute cette noirceur, montrez- la moi s'il vous plaît. » car je ne voyais que de la noirceur. C'était en fin 2005-2006 ; mon père venait de décéder. Il a vécu six mois très difficiles souffrant d'un cancer. J'étais éloignée, je ne pouvais le voir que très rarement. Donc c'était très difficile pour moi de me rendre à son chevet. Nous avions une relation très difficile. Ça me coûtait d'aller le voir, mais ça me coûtait de le voir se désintégrer petit à petit. En plus, à cause de mon emploi, je ne pouvais pas faire le chemin assez régulièrement. J'ai reçu un appel à 10h du soir. Mon père allait très mal. Il était sur ses derniers moments. J'ai pris la voiture avec mon ancien mari. Nous avons conduit, jusqu'à son chevet. A mon entrée dans l'hôpital, je n'arrivais plus à le voir. J'ai reçu un appel annonçant qu'il venait de mourir.

Je n'ai même pas pu lui faire mes derniers adieux, ce qui était extrêmement choquant pour moi, et extrêmement dur à vivre. Le lendemain, mon ex-mari a

décidé de ne pas rester dans cet environnement négatif, et donc de me laisser avec ce deuil : ce qui m'a fait réaliser que notre courte vie de couple était aussi terminée.

Ça se suivait un mois plus tard avec notre séparation et notre divorce.

J'avais des problèmes de santé. Je mangeais mal. Je ne dormais pas. Du poids en surplus. Mon ex m'a laissé la maison que l'on avait achetée ensemble. Donc je n'arrivais pas à payer toute seule. Vraiment tout allait mal. J'étais mal dans tous les aspects de ma vie. C'est le moins que l'on puisse dire. Tout ce que je voyais était un tourbillon négatif qui allait de plus en plus négativement. Je ne voyais pas d'issue, et je ne connaissais rien sur la loi d'attraction.

Je ne savais rien sur le développement personnel. Je ne savais pas comment ça marche. J'avais eu des coups de chance par le passé ; j'avais attiré de bonnes choses dans ma vie. Mais là, il semblait que tout allait mal.

Une rencontre qui a changé ma vie

Un jour, dans toute cette noirceur-là, un couple âgé, que je ne connaissais absolument pas, a sonné à ma porte. Quand j'ai ouvert, ils m'ont fait quelques remarques sur la beauté extérieure de la maison. Ils voulaient rentrer parler quelques instants. Je les ai invités, j'étais désespérée de toute façon. J'avais

vraiment besoin de parler à quelqu'un, pas de mes problèmes, mais juste parler pour changer d'idées. Ils sont restés quelques instants, puis m'ont invitée le lendemain à venir les voir. C'est ce que j'ai fait. Je suis allée voir leur maison, ils se sont assis et on a commencé à parler.

Ces gens (qui ont changé ma vie pour toujours) m'on donné deux choses.

Tout est toujours possible, même aux pires moments de votre vie. C'est ce que j'ai appris cette journée-là.

Un cadeau extraordinaire

Ces personnes m'ont offert « le secret », le film que beaucoup d'entre vous ont vu.

Ils m'ont offert un livre dont le titre est « Millionnaire Mind », Harv EKER, qui donnait en fait aux gens la possibilité de comprendre ce qui se passe dans la tête d'un millionnaire, et comment accéder à cet état de millionnaire.

Recevoir un livre de « Millionnaire Mind » alors que j'étais aux bords de la banqueroute et que je venais de perdre mon père, et que j'étais dans un processus d'un divorce était assez compliqué et difficile ; c'était à l'opposé de ce que je pouvais imaginer de possible dans la vie de quelqu'un.

Non seulement de réussir, car dans l'état où j'étais je ne pensais jamais que je pouvais réussir un jour, mais en plus d'être millionnaire et d'avoir énormément d'argent: ça sortait de ma logique et de ma conception de la réalité.

Une prise de conscience

J'ai lu le livre en me disant « de toute façon, je n'ai rien à perdre. » Le livre commençait sur : Ne croyez pas à ce que je dis, mais testez-le et vous verrez bien que ça marche.

Je me suis dis que je n'ai rien à perdre, donc je vais faire tout ce qui est indiqué dans ce livre et puis on verra bien. La première chose était d'arrêter d'être dépendant de n'importe quel type de drogue. Je fumais beaucoup à l'époque, donc j'ai laissé la cigarette cette journée-là. Je n'y ai plus retouchée. Donc j'ai vraiment arrêté de fumer. Je fumais pendant 20 ans, et je me suis dit qu'il faut que je fasse un changement, et que je vais mettre tout mon effort pour changer, parce que ça ne peut pas être pire que là où je suis. Tout ce que qui pourrait être pire, c'est que je sois six pieds sous terre.

Donc, je me suis mise à tout faire de ce qu'il disait. J'ai écouté le secret ; et là, la loi d'attraction m'a vraiment intéressée.

Je me suis dit :

- Et si c'était vrai ?
- Et si vraiment j'avais attiré tout ça dans ma vie ?
- Et si j'étais responsable de tous mes problèmes ?
- Et si ça me donnait le pouvoir d'être responsable de ma liberté financière par exemple ? Ou d'être riche, en santé, ou amoureuse ? D'avoir de l'amour, des voyages, tout ce que je veux ?
- Et si ça se pouvait vraiment ?

Mon dieu, qu'est ce que ça serait comme différence dans ma vie ?

Donc, j'ai eu de l'espoir et je me suis dit « Pourquoi pas ? Pourquoi ne pas essayer ? Pourquoi pas faire un effort et commencer à changer mes habitude, mes pensées, ma façon d'agir ? »

Et vraiment, je peux vous avouer qu'au début, j'avais l'impression que j'avais besoin de tout changer. C'est choquant ! J'avais l'impression que j'étais tellement dans l'obscurité que, pour arriver quelque part, j'avais besoin de complètement changer, complètement me transformer. Au début, j'avais l'impression que c'était impossible, que je n'y arriverai jamais, que c'était trop loin de ma réalité, que c'était irréel, impossible,

inimaginable, inconcevable, fou ! C'était en 2006 ;

Quelle joie aujourd'hui d'avoir subi ces premiers conseils, car évidemment je ne serais pas où je suis aujourd'hui. Je peux vous dire que tout va vraiment bien. Alors là, tout va bien. De mieux en mieux et pour le mieux, je vis des miracles au quotidien.

Alors, je peux vous dire que ça marche.

Il y a des gens qui me demandent « Mais est-ce que ça marche ? ». Ça marche !

Il y a des gens qui me demandent « Mais, est ce que ça demande beaucoup d'effort ? » Je vais vous dire que plus vous voulez que ça marche, plus l'effort va être évident, mais en même temps, moins vous allez avoir l'impression que c'est un effort que vous faites, parce que c'est un effort à vous sortir de la crasse.

Alors, oui c'est un effort mais le jeu en vaut tellement la chandelle que c'est un effort qui est tellement payant à la longue, et de plus en plus payant dans tous les aspects de la vie. Oui il y a un effort à faire, mais d'un autre côté : qu'est ce que vous voulez vraiment ? Est-ce que vous voulez rester dans votre situation ? Dans ce cas-là, il n'y a pas d'effort. Restez là où vous êtes, dans votre situation. Que vous l'aimez ou pas. Est-ce que vous voulez avoir une vie extraordinaire ? Et là je ne mens pas, je parle d'EXTRAORDINAIRE ! Là, vous faites beaucoup d'efforts ; ça ne devient même plus de l'effort

quand vous voyez à quel point les résultats sont probants. Plus les résultats sont probants, plus vous voulez y mettre du vôtre, car c'est un cercle qui devient positif. Donc, vous voulez vous en sortir à tout prix, ou au moins à un prix qui est raisonnable.

Je vais vous dire que le prix en vaut vraiment la peine.
Le prix du changement en vaut vraiment la peine.

De 2006 à septembre 2007, j'ai complètement transformé la manière dont je pensais. J'ai arrêté de fumer. J'ai commencé à utiliser toutes les lois du succès sur lesquelles je pouvais mettre la main, et à les employer ; donc à non seulement les lire, mais les incorporer dans mon quotidien.

J'en ai perdu quelques unes, j'en prenais d'autres. J'ai testé massivement, je dévorais les livres sur le développement personnel. Tous les soirs, je passais des heures sur youtube à regarder tout ce qui était imaginable sur le développement personnel, et à prendre des notes.

Un de mes rêves était de devenir libre financièrement le plus rapidement possible, car je ne pouvais plus travailler pour autrui. C'est quelque chose qui me minait. Je voulais avoir assez d'argent pour être tout simplement libre de mon temps.

A mon avis, être libre de son temps est la plus grande richesse, parce qu'on fait tout ce qu'on aime tout le

temps. Je voulais faire ce que j'aime le plus : c'est d'écrire, de peindre et d'inspirer les autres de différentes manières.

Trois ans plus tard, en 2009, je me suis réveillée un matin, le 15 septembre 2009. Je me suis aperçue que j'étais libre financièrement. J'étais passée d'une valeur négative (vous pouvez calculer votre valeur dépendamment de tout ce que vous possédez, ce que vous devez), qui étais de moins de 150 000 \$; et le 15 septembre 2009, j'avais une valeur positive de plus de 250 000 \$. Waouh ! Quelle différence ! Je l'avais créée. Donc, ce n'est pas de l'argent que vous avez en banque ; c'est de la création, des investissements immobiliers, etc.

J'avais créé 400 000 \$ en trois ans.

En janvier 2006, quand mon père est décédé, si on m'avait dit que j'arriverais à ce dont je suis arrivée à faire trois ans plus tard, je me serais roulée par terre, j'en aurais pleuré. D'ailleurs, je n'aurais jamais cru. J'aurais insulté même peut-être les gens qui m'auraient dit ça, en les-traitant de fous.

Tout est possible

Donc, vous qui me regardez aujourd'hui : je vais vous dire que tout est possible. Tout est possible. Il n'est jamais trop tard. Tout rêve peut être réalisé.

Vous pouvez atteindre tous les buts que vous désirez, à tout moment de votre vie. Oui, ça prend de l'effort, des disciplines.

Je vous offre mes 12 clés du succès

Il y a des clés à utiliser, certains aspects du développement du succès, des méthodologies pour avoir du succès. D'ailleurs, dans ce livre, je vous offre les 12 clés majeurs qui ont fait que je réussisse, les 12 clés qui ont fonctionné. Je veux offrir les 12 clés qui ont fait que ça marche pour moi. Je sais que ces 12 clés marcheront pour vous. Je veux vous les-offrir.

Donc, je veux dire que j'ai passé, depuis 2006, tous mes moments à étudier les lois du succès, la loi de l'attraction, à la pratiquer, à l'enseigner par la suite grâce à mon coaching, à l'exercer, à la développer, à la maîtriser, à la parfaire.

Maintenant, je peux vous dire que j'utilise plutôt les lois de manifestation, de l'intention, le pouvoir de l'intention. Il s'agit de pouvoir manifester son intention régulièrement, d'une façon positive. Evidemment, quand on parle de la loi de l'attraction, on parle toujours d'avoir une intention positive face aux autres et face à soi-même.

Il ne faut jamais utiliser la loi de l'attraction pour nuire à autrui, ou pour essayer de plier la volonté d'autrui, ou pour essayer de faire des gains qui mèneront les autres

à des échecs. C'est vraiment dans la mentalité du « gagnant-gagnant », car l'univers est positif, et l'univers veut du bien.

Alors je sais que parfois c'est difficile à croire. On entend souvent ces histoires du genre « Ah ! J'ai réussi du jour au lendemain ! ». Ce n'est pas du jour au lendemain. D'ailleurs plus vous êtes négatif dans votre vie, plus ça risque de vous prendre du temps de redevenir complètement positif.

Mais plus vous allez utiliser ma méthode de la loi de l'attraction sur « attractitude », plus vous allez y arriver.

J'ai créé pour vous une méthode à suivre chaque jour.

J'ai fait cette méthode étape par étape, jour par jour. Je vous facilite la tâche sur « attractitude » pour que vous sachiez exactement quoi faire, à quel jour, pour réussir.

Vous n'avez plus besoin de réfléchir et vous-posez ces questions : Qu'est ce que j'ai à faire aujourd'hui ? Quelle est la liste que j'ai à faire ? Je vous la fais pour vous, exactement.

C'est comme si j'avais mâché le travail du succès pour vous, parce que je sais ce que je sais. Je suis passée par là. Je sais à quel point ça peut être difficile de croire, de s'imaginer que l'espoir existe encore. Je sais à quel point c'est dur de penser que c'est possible de réaliser ses rêves. Je suis passée par là ; je suis passée par pire.

Je peux vous dire que je suis revenue de loin, comme je vous ai dit.

Donc, je vous souhaite le meilleur.

Je vous invite à suivre les 12 clés du succès et à les incorporer dans votre vie. Plus que ça, je vous invite à acheter le produit « attractitude » de la loi de l'attraction « Tous savoir pour tout avoir ».

<http://attractitude.com/loi-attraction-base/>

Comme j'ai dit, j'ai mâché le travail pour vous pour que vous ayez tous les outils possibles et imaginables en votre main. Tout ce que vous avez à faire, c'est suivre la liste des choses à faire jour par jour pour aboutir à vos résultats. C'est aussi simple que ça ! C'est beaucoup plus facile que ce que j'ai dû endurer pendant un an et demi.

Je vous souhaite le meilleur et j'espère avoir de vos commentaires, vos nouvelles. Ça fait toujours plaisir quand les gens me disent qu'ils ont utilisé « attractitude » et qu'ils trouvent ces leçons extraordinaires.

Je vous remercie d'avance de faire en sorte que vous réussissiez dans la vie car ça va embellir la vie de tous ceux qui vous entourent. Merci beaucoup.

2 LES 3 PILLIERS DE VOTRE RÉUSSITE

J'espère vraiment vous aider dans votre chemin vers la prospérité et abondance. Nous y avons tous droit, vous autant que moi. Comme je me suis rendue à un endroit que j'adore dans ma vie, je vous souhaite tous de le faire.

J'espère que vous vous rendrez à votre paradis sur terre également, et que vous aurez la possibilité de finalement croire ce que je vous dis, parce que vous ne pouvez pas croire ce que je vous dis tant que vous ne l'avez pas expérimenté vous-même.

Comme je le disais dans le chapitre 1, je n'aurais pas cru moi non plus que toutes ces belles choses puissent m'arriver dans la vie. Comme je vous l'ai expliqué, j'ai eu quand même un passé assez compliqué, assez difficile, assez torturant.

A l'époque, si j'avais su ce que je sais maintenant, il est évident que ma vie aurait pris une différente tournure.

Peut-être que je serais une différente personne, et que je ne serais pas ici entrain de vous offrir des vidéos. Tout arrive toujours pour le mieux dans la vie, à mon avis.

Alors, quels sont ces secrets ?

Certains ne sont pas des secrets gardés, ce sont des trucs et astuces que j'ai utilisés. Ce sont des choses qui ont vraiment fait que je réussisse.

Je suis tombée plusieurs fois, et je me suis relevée. J'ai fait face à mes peurs, à beaucoup de situations conflictuelles, à beaucoup de difficultés et de problèmes. Donc je voulais en fait rassembler tous les trucs et astuces que j'ai utilisés, et pouvoir vous les remettre pour qu'ils vous servent à vous aussi sur votre chemin vers la prospérité et l'abondance.

A mon humble avis, et avec mon expérience de coach avec tous les gens que j'ai dû observer et rencontrer, écouter, coacher, discuter ; je me suis vraiment rendu compte que les trois piliers du succès véritable dans la vie, les bases fondamentales pour réussir dans tout ce que vous voulez réussir sont fort simples et en même temps fort compliquées.

Les trois bases du succès, ce sur quoi repose à mon avis,

toute évolution positive qui sera durable, à long terme et aussi expérientielle, repose sur une bonne estime de soi et sur une façon positive de se créer des buts ; donc savoir se les créer pour pouvoir les atteindre. L'art de réussir se base sur la façon dont vous planifiez votre réussite. La troisième chose est la gestion de temps, qui est efficace est efficiente.

Alors, ces trois piliers, à mon avis, sont à la base véritable de tout succès.

Mis à part les 12 secrets dont je vais vous parler par la suite, je voulais vraiment faire une parenthèse et parler plus en profondeur de l'importance de ces trois piliers.

Les 3 piliers de votre réussite

A mon avis, si quelqu'un ne réussit pas, si quelqu'un fait une faillite, si quelqu'un tombe, évidemment la faillite ou l'erreur est souvent un indice qui vous montre que vous avez peut-être utilisé les mauvais moyens pour vous rendre où vous vouliez vous rendre ; Ou bien vous ne vous êtes pas donné assez de temps pour vous rendre où vous vouliez ; ou bien tout simplement il y a un défaut dans votre planification ou vous avez développé des habitudes néfastes qui vous nuisent et qui ne vous mènent pas au succès.

Alors, si vous faites faillite ou si vous êtes dans une situation problématique, que vous êtes tombé à plusieurs reprises, ou bien que vous voyez que vous

répétez les mêmes erreurs ; ou bien que vous avez eu de grands succès et que vous vous êtes retrouvé le nez par terre à nouveau, donc un peu comme une courbe sinusoïdale, sachez que cela provient forcément de l'un des 3 piliers suivants :

1/ Apprendre à créer ses buts : vous ne savez pas vraiment comment créer des buts pour les atteindre efficacement (ça se fait ; il y a une planification à faire pour y arriver).

2/ Apprendre à gérer son temps : La deuxième cause peut être la gestion du temps, c'est-à-dire que vous ne savez pas comment utiliser votre temps efficacement, donc vous perdez beaucoup de temps inutilement : ce qui cause énormément de problèmes. Nous avons tous le même nombre de secondes dans la journée. Donc la grande différence entre les gens qui réussissent et ceux qui ne réussissent pas ; c'est leur capacité à utiliser ce temps-là pour se diriger vers le but qu'ils ont en tête. Evidemment, il faut d'abord avoir un but en tête pour pouvoir s'y rendre. C'est pour cela qu'il est fondamental de créer des buts pour les réaliser. Dans n'importe quelle loi du succès, c'est la première, c'est la base.

3/ Développer l'estime de soi et l'amour propre.

Je vais commencer par l'amour propre. Il est vraiment important de développer son amour propre. Je sais que beaucoup de gens que je rencontre pendant ma séance

de coaching, dans mes voyages, mes conférences etc. ; viennent vers moi en me disant « Moi, je n'ai pas de problème. J'ai confiance en moi. Il n'y a pas de soucis. Je m'aime, je m'aime, je m'aime. »

Quand je regarde le résultat, quand je regarde leur vie, je m'aperçois qu'ils ne s'aiment pas nécessairement. Par exemple, ils ont de l'embonpoint, ou bien ils ont des problèmes dans leur parole et leur façon de penser. Même dans leur pensée, ils ne pensent pas mériter leur but. Donc il y a toujours cette espèce de négation face à l'abondance ou face à la réception.

Ils ne sont pas capables de recevoir. Ils vont dire « Non merci, non c'est trop ! » ou « Non, je ne mérite pas ce compliment », « Non, c'est trop pour moi, vous n'auriez pas dû... ».

Toutes ces phrases indiquent qu'il s'agit d'un amour propre où il y a des lacunes. ; Parce lorsqu'on s'aime pleinement, on sait que l'on mérite tout le meilleur de l'univers, et de la politesse excessive face aux dons et cadeaux des autres n'a pas raison d'être.

Si quelqu'un vous offre un cadeau, si quelqu'un vous offre sa générosité, la refuser est non seulement une insulte à l'univers qui vous offre cette générosité et cette abondance, mais c'est aussi un refus du plaisir que l'autre peut avoir à partager.

Quand vous refusez d'obtenir quelque chose, c'est un

peu une insulte à l'univers. Refuser d'obtenir des problèmes, c'est la même insulte à l'univers. Parce que tout a sa raison d'être et plus vous acceptez rapidement les problèmes que vous voyez, plus rapidement vous pouvez les dépasser. *On verra ça plus en profondeur plus tard.*

Donc si vous manquez d'amour propre, d'amour de vous-même, vous n'allez pas penser que vous méritez votre but. Vous allez penser que vous ne pouvez pas par exemple gagner plus que ce que vous gagnez. Vous allez arriver à une certaine limite, un certain montant d'argent, et dès que vous allez dépasser cette limite-là, vous allez la dépenser soit volontairement ou involontairement, il peut vous arriver un pépin qui vous rendra obligé de dépenser ce surplus d'argent parce que tout simplement vous ne pensez pas le mériter.

C'est très profond, très inconscient. Chaque personne a ce qu'on appelle un plafond de sa valeur : combien elle pense qu'elle vaut dans tous les aspects de sa vie ; que ce soit en santé, en amour ou en argent.

Que vous le vouliez ou pas, c'est une réalité.

Lorsque vous connaissez votre prix, vous pouvez le changer. Regardez un peu combien vous gagnez aujourd'hui, combien vous avez gagné dans le passé, faites une moyenne et vous verrez que c'est ça votre prix : le prix que vous pensez valoir. Il y a des méthodes

pour augmenter sa valeur personnelle. Une de ces méthodes, je l'emploie très souvent dans mes cours **sur « attractitude »** sur la loi de l'attraction ; c'est une **méthode pour développer son estime de soi et son amour propre**, qui est très percutante et très puissante. Parce qu'une fois que vous augmentez ce que vous valez inconsciemment et ce que vous pensez de vous-même. Plus vous vous aimez, plus vous pensez que vous valez cher dans tous les sens, dans tous les aspects de votre vie.

Si quelqu'un vous maltraite, que ce soit votre ami, amant ou patron ; c'est parce que vous pensez que vous le méritez quelque part.

Les gens vont vous traiter à la limite de comment vous vous traitez vous-même. C'est-à-dire que vous allez accepter la limite du tolérable. Le tolérable est ce que vous vous faites déjà en vrai, ou même inconsciemment. Les gens qui se font battre me diront « Je ne me bas pas, je ne me frappe pas ! » Sauf qu'ils tolèrent ce type de comportement. L'autre ne se comportera pas d'une manière indécente ou violente, agressante ou aggressive, si vous ne l'acceptez pas, si vous ne tolérez pas, si vous ne pensez pas que vous le méritez. Donc, la responsabilité se fait à deux. Il faut prendre sa part également.

Plus on joue la victime, plus on va être victime. *Je reviendrai sur la part de responsabilité plus tard* ; mais

c'est important de comprendre l'amour de soi. Il va jouer un grand rôle dans tous les aspects de votre vie. Votre patron vous traitera plus décemment si vous vous traitez plus décemment, si vous pensez que vous méritez mieux dans votre fort intérieur.

Pareil pour ce qui est de votre vie amoureuse, vos finances et même de votre santé ; parce que souvent la santé des gens se désintègre parce qu'ils ne pensent pas qu'ils valent beaucoup et donc ils acceptent de mourir lentement et de se désintégrer.

Un corps qui ne s'aime pas, l'âme va vouloir abandonner ce corps, cet être qui ne l'aime pas. Donc il faut aimer toute partie de son corps, toute partie de son âme, toute partie de son être.

Le corps est un berceau de l'âme, donc il faut vraiment lui faire attention. Plus vous allez faire attention à vous, plus vous allez voir que la prospérité et l'abondance vont être attirées à vous. Beaucoup de gens se lancent à travailler comme des malades et finissent par se rendre malades.

A force de travailler, ils ne s'aperçoivent pas que l'abondance et la prospérité recherchent aussi un corps sain. Vous devez faire attention à ce corps, bien manger, vous reposer, vous exercer. Ça va élever votre énergie mentale ainsi que votre énergie d'attraction.

Vous allez attirer de bonnes choses, vous allez vous

sentir beaucoup mieux, beaucoup plus heureux : ce qui va vous permettre encore d'attirer de bonnes choses.

Je me suis aperçue dans ma vie et dans celle des gens que j'ai coachés ; qu'à chaque moment où je me suis moins occupée de moi, de mon corps, de mon corps, de mon être, j'ai eu des difficultés sentimentales ou financières. Donc, je vous conseille de vraiment faire attention à vous et de développer votre amour propre.

Comment développer son amour-propre, sa confiance en soi ?

Pour développer son amour propre, sa confiance en soi, il y a énormément de moyens.

Je vous les indique dans mon cours de la loi d'attraction. Dans les différents cours, je donne une section importante sur l'amour de soi, car sans cela, vous n'aurez jamais la confiance pour continuer. Alors, l'amour propre (ou l'amour de soi) vous permet d'avoir la confiance nécessaire en vous pour arriver à n'importe quel but que vous vous fixez. C'est important de dire ça car beaucoup de gens me disent « J'ai perdu la foi », « J'ai perdu confiance », « Comment je vais y arriver ? » ou « Les autres me disent que ce n'est pas possible », ou bien « Même les gens eux-mêmes croient que ce n'est pas possible (ils sont limités dans leurs capacités) ; je n'y arriverai jamais », « Je ne l'ai jamais fait avant, personne ne l'a fait » etc.

Plus vous allez vous aimer, plus vous allez avoir confiance en vous. L'amour de soi est la base du succès. En ayant confiance en vous, vous allez pouvoir développer cette foi, cette croyance que l'impossible est possible pour vous ; Car rien ne peut vous arrêter, car vous vous aimez tellement. Vous croyez tellement en vous que l'univers se pliera à votre volonté. D'ailleurs, l'univers se plie à votre volonté, c'est juste que la plupart des gens ont une volonté très faible et très fragile parce qu'ils pensent qu'ils ne méritent pas cette réussite.

Je sais, au contraire, que plus on développe son amour de soi, plus on a confiance en soi, plus on a de la foi dans la réussite, et plus par conséquent, la réussite nous arrive rapidement.

C'est comme un cercle positif d'attraction dans lequel vous entrez. Avoir confiance en soi, c'est se tenir parole, c'est faire de son mieux tous les jours, de toujours essayer de faire un maximum pour se rendre à son but, de ne pas faire de mal à autrui, de ne pas faire de mal à soi-même, d'être intègre, honnête.

Toutes ces qualités sont très importantes pour développer l'estime de soi et la confiance en soi.

Donc il faut d'abord faire attention à soi, ensuite faire attention à autrui, agir pour le mieux de tous, agir pour son bien également, mais sans essayer de plier la

volonté des autres ; surtout quand il s'agit de la loi d'attraction, parce que ça ne marche pas, ça va aller à l'encontre de votre bien.

Pour développer votre confiance en vous, **vous pouvez vous répéter des affirmations** qui vont vous aider à vous donner confiance, à vous rendre cette confiance, et également il faut **garder son intégrité et son honnêteté**. Comment développer sa confiance en soi ?

Commencez par des petites choses que vous voulez réussir, des mini-but de rien du tout. Une fois que vous allez les réussir, ça va être votre petit succès que vous allez accumuler. Plus vous allez en accumuler, plus vous allez avoir confiance en vous. Vous allez voir que vous êtes capable d'aller plus loin pour toujours.

Donc, commencez petit ; grâce à ça vous aller lentement développer la confiance que vous avez en le fait que vous pouvez aller plus loin.

Je vous conseille également de lire beaucoup et de vous former, informer sur les champs où vous avez le plus d'interrogations, sur les choses qui vous manquent, l'information qui vous manque. Maintenant, l'information est tellement facile et accessible à obtenir que vous n'avez plus l'excuse de dire « je ne sais pas comment faire » parce que le « comment faire » maintenant existe à profusion sur différents moyens (bibliothèques, sur internet, youtube etc.). Vous avez

vraiment une quantité infinie d'informations. Donc, tout simplement renseignez-vous, apprenez pour toujours grandir ; comme ça vous allez être plus grands que les obstacles et les problèmes.

Il y a toujours une solution aux problèmes. Il n'y a aucun problème sans solution. Le seul problème, c'est que les gens s'attardent sur les problèmes et oublient de regarder les solutions. Les solutions existent partout ! Vous n'avez qu'à les rechercher.

Apprenez ! Apprenez ! Apprenez ! A force, votre confiance en vous sera plus haute, parce que vous aurez acquis plus de connaissances. Vous allez vous dire « Oui, je suis capable de résoudre ce problème parce que je sais comment. »

Vous allez avoir de moins en moins peur d'attaquer de nouveaux problèmes, d'aller de l'avant, d'aller plus loin, de viser plus loin.

Je vous conseille donc de développer cet amour de vous. Aimez-vous ! Faites attention à vous ! Dorlotez-vous ! Voyez-vous comme vous êtes : beau, infini, extraordinaire.

Donnez-vous cette attention que vous donneriez à la personne que vous aimez le plus au monde ; car ce devrait d'abord être vous. N'ayez pas peur d'être égoïste.

L'égoïsme est la première étape pour pouvoir donner aux autres. Si on ne se donne pas à soi-même, on ne pourra jamais donner aux autres. Donc les gens les plus égoïstes en fait sont ceux qui vous qualifient d'égoïste parce que tout ce qu'ils vous disent c'est « Pourquoi es-tu égoïste au lieu de faire attention à moi quand je te le demande, autant que je te le demande, à ton propre détriment ? »

Sachez donc vous aimer. Développez cette attention.

Ça a l'air tellement simple que les gens se mentent en disant « Oui, j'ai confiance en moi. Oui, je m'aime ». Mais c'est la base fondamentale de la réussite. Si vous ne pensez pas que vous méritez ce que vous voulez recevoir, vous ne le recevrez jamais... Jamais !

Développez cette capacité de recevoir, de vous aimer assez pour être capable de recevoir de plus en plus, de vous permettre l'abondance, de vous permettre la prospérité, de savoir que vous pouvez y arriver sans effort. Parce que l'effort, le combat de se battre contre les courants, d'aller à l'encontre des vagues et tourments... c'est une preuve que vous ne vous aimez pas. Parce que si on s'aime, tout nous vient facilement. On n'a pas besoin de prouver qu'on mérite ce que l'on reçoit.

Les gens qui travaillent excessivement le font parce qu'ils ont besoin de se prouver ; ils pensent qu'ils ne

méritent pas les choses à la base. Donc, c'est vraiment important de vous-aimer. C'est à la base du succès, de la réussite.

Apprenez comment, en téléchargeant un des cours d'« attractitude » sur la loi d'attraction. Je vous garantis que ça va changer votre vie.

C'est un investissement qui en vaut la peine. Ça commence déjà à changer la vie de beaucoup de gens.

Mon coaching a changé la vie de beaucoup de gens, juste parce qu'ils ont employé des méthodes qui fonctionnent à tous les coups. Dès que vous les employez, elles fonctionnent.

Les cours d'« attractitude » sont très différents parce que j'offre une méthode que vous pouvez suivre au quotidien : jour par jour.

Vous saurez exactement quelle est votre liste de choses à faire, sans avoir à vous préoccuper, sans avoir à vous créer des routines. Je l'ai déjà créée, la routine du succès.

La routine du succès est à vous ! Téléchargez-la sur « attractitude »

3 SE CRÉER DES BUTS

Ce qui permet aux gens de réussir, c'est ce que j'ai appris à la suite de nombreuses années de recherche, d'expérimentation, de conversation, d'écoute, de coaching, de conférence etc.

Alors, dans ce troisième chapitre, je voulais parler du deuxième pilier que je pense fondamental pour la réussite et l'accès à tout ce que vous souhaitez dans la vie, et évidemment pour permettre à la loi de l'attraction de fonctionner davantage et plus rapidement : **Se créer des buts.**

La réussite, ça se planifie : c'est la possibilité de se créer des buts et de les réaliser. En premier temps, on doit savoir ce que l'on veut. En deuxième temps, il faut savoir planifier pour se rendre là où l'on veut. J'ai souhaité vous permettre de faire ceci et de vous donner gratuitement les trucs ou la base de connaissance qui va

vous permettre de pouvoir efficacement et d'une manière efficiente vous rendre au but que vous souhaitez obtenir.

Comment se créer des buts ?

1/ Pensez en termes de "ET " et non de "OU"

Beaucoup de gens ne savent pas ce qu'ils veulent, ne sont pas sûrs et se disent « Pourquoi je vais créer des buts si je vais changer d'avis par la suite ? ». Il est plus conseillé de se créer des buts et de changer d'avis, que de ne jamais se créer des buts par peur de changer d'avis. Il est mieux de faire un plan et de le changer au fur et à mesure, ou de changer d'avis parce qu'on a tous le droit de changer d'avis (je change d'avis régulièrement). Mais c'est plus important de faire un plan par écrit que de ne jamais faire de plan et de voguer au gré du vent, sans jamais savoir ce qu'on veut, ou sans jamais oser affirmer ce qu'on veut.

Avec mon expérience, je dirais que le plus dur dans la vie c'est de décider, c'est de vraiment mettre un pied au sol et dire « voilà ce que je veux, j'en suis certain, c'est exactement ça, pas autre chose ! ». Beaucoup de gens ont peur de décider. Beaucoup ont peur de faire un choix parce qu'ils pensent souvent en matière de « ou bien ».

Le « ou bien » est la manière de penser des gens qui n'ont pas de succès. Le « ou bien », c'est de se dire « je

veux faire beaucoup d'argent, OU BIEN je veux avoir très peu d'heures de travail ». C'est de se dire « je veux avoir beaucoup d'argent OU BIEN avoir une vie de famille où j'ai beaucoup de loisirs ». Donc le « ou bien » est une manière de penser des gens pauvres mentalement, et qui se limitent eux-mêmes.

Les gens riches, qui ont du succès, qui se voient avec des possibilités infinies pensent en terme de « ET ». Ils se disent « Je veux avoir beaucoup d'argent ET AUSSI avoir beaucoup de loisirs », « je veux avoir une vie extraordinaire pleine de voyages, ET élever mes enfants d'une manière fantastique ». Donc ils ne pensent pas en termes de « ou bien » avant de faire un choix, mais de manière inclusive pour permettre à toutes les choses de se réaliser en même temps, parce que tout est vraiment possible. Donc vous pouvez tout avoir en même temps. Beaucoup de gens vont avec l'ancienne pensée de ne pas avoir le beurre et l'argent du beurre. Mais en fait, oui, vous pouvez avoir le beurre et l'argent du beurre. Il faut juste savoir comment. Mais c'est possible.

Donc le ET est fondamental pour se créer des buts qui ne sont pas exclusifs, mais inclusifs.

Penser en matière de ET, non pas en matière de OU BIEN, va vous permettre de vous créer des buts qui ne font pas peur, parce qu'ils ne vous bloqueront pas. Vous n'aurez pas l'impression que le fait de décider de faire un choix ou une décision, va vous bloquer les autres

options dans la vie. Il est très important de comprendre le concept du ET.

Choisissez des buts sur de courtes durées pour commencer

Alors, comment se créer un but (pour ceux qui ne l'ont jamais fait) ? Choisissez des petits buts. Par exemple, ce que vous allez faire cette semaine : quelque chose qui vous tente. Ça va au moins vous faire réaliser ce que c'est qu'un but. J'ai eu une personne que j'ai coachée et qui avait extrêmement peur de se créer des buts sur trois mois par exemple, capable de se créer des buts farfelus dans les cinq premières années parce que c'est tellement loin que l'on n'a pas l'impression d'être pris sous la responsabilité d'atteindre ce but quand il est très lointain. Mais elle était incapable de se faire des buts dans trois mois parce qu'il y avait la peur de la faillite. Donc elle s'est dit « je vais être tenue sur compte sur trois mois. Je vais savoir, je vais me rappeler de ce que je me suis dit : et si je me cassais la figure ? ».

Beaucoup de gens ont la peur de se tromper, de rater leur coup. Sachez que rater son coup et se tromper ne sont pas la fin du monde. Ce n'est pas la mort. Ce n'est pas dramatique. **Tout le monde se trompe. En fait, les gens qui ont du succès sont des gens qui ratent le coup souvent.** C'est à force de rater qu'on réussit. Alors, n'ayez pas peur de rater votre coup. C'est comme ça que vous allez apprendre, et que vous irez plus loin.

C'est pour ça que le chapitre n°2 est importante. C'est là où je parle de l'importance de s'aimer et de développer sa confiance en soi. C'est grâce à ça qu'on aura moins peur de tomber, de faillir ou de l'opinion des autres ; et donc on pourra essayer davantage. Plus vous essayez, plus vous avez de chance de réussir et d'arriver à vos fins et buts. Alors, n'ayez pas peur de vous tromper.

Ecrivez votre plan même si vous changez d'avis. Ecrivez des buts qui sont grands, qui sont plus grands que ce que vous espérez. Parce que ça ne change rien si vous tombez ou si vous ratez votre coup ; vous aurez au contraire appris quelque chose entre temps. Vous aurez été plus loin que si vous n'avez jamais écrit de buts, si vous n'avez jamais essayé.

Pour écrire votre but, regardez dans tous les éléments de votre vie : finance, travail, amour, santé, famille, relations amicales ou loisirs ; les sept champs importants de la vie.

Notez de 1 à 10 : 10 étant la meilleure qualité que vous pouvez avoir et 1 étant la plus basse qualité. Les champs dans lesquels vous avez besoin de vous améliorer sont les champs qui ont une note inférieure à 6 ou 7.

Demandez-vous « qu'est ce que je pourrais faire pour améliorer ça en une note un peu plus haute ? ». Ça va vous aider à vous créer des buts. Donc décrivez ce que

vous pouvez faire pour améliorer votre vie. Ça peut déjà vous mettre sur le chemin d'un but que vous voulez atteindre.

Une autre manière de se créer des buts est de se dire
« si dans un monde parfait où je n'ai pas à m'inquiéter de l'argent, de la santé, de mes amis..., quel genre de vie je vivrai dans cinq ans ? »

Une fois que vous l'avez dans cinq ans, pensez au genre de vie que vous aurez l'année qui suit. Ensuite, pensez au genre de vie que vous voulez avoir dans six mois, trois mois, etc. Si vous n'aviez pas à vous inquiéter ? En fait, vous ne devez vous inquiéter de rien. C'est à l'univers de prendre en charge toutes ces inquiétudes et de les remédier. C'est comme ça que fonctionne la loi de l'attraction, quand vous savez l'utiliser, quand vous suivez mon cours sur la loi de l'attraction.

Alors, une fois que vous avez écrit ces buts, lorsque vous savez ce que vous voulez. C'est très important de savoir ce que l'on veut. La loi de l'attraction ne peut pas fonctionner et vous apporter ce que vous voulez si vous ne savez pas ce que vous voulez. Si vous ne vous êtes pas fait des buts réels (pas des buts pour faire plaisir à autrui, mais des buts qui vous font vraiment plaisir). Vous pouvez partir prendre une marche dans la forêt, dans la nature et voir si le but que vous avez choisi vous fait vraiment plaisir, s'il vibre avec votre sens, si lorsque vous pensez à sa réalisation, vous êtes excité, si lorsque

vous pensez aux problèmes qui vont survenir sur votre chemin, vous vous sentez prêt à les affronter parce que le but en vaut vraiment la peine. Parce qu'il y aura des problèmes sur votre chemin qui sont faits pour faire en sorte que vous preniez de l'expérience et que vous grandissiez. Donc les problèmes auxquels vous ne voulez pas porter attention ou desquels vous vous cachez, que vous essayez d'ignorer reviendront jusqu'à ce que vous les régliez.

Tout problème à sa raison d'être ; donc à la place de l'éviter, de le fuir et de vous cacher, affrontez-le parce que les solutions existent et une fois que vous aurez la solution et que vous aurez surmonté votre problème ; premièrement il ne reviendra pas, et deuxièmement vous serez devenu plus grands que le problème et vous aurez appris quelque chose qui vous permettra d'aller plus loin dans votre vie.

Tous les problèmes qui ne sont pas résolus reviennent. Ils reviendront de plus en plus grands et monstrueux tant que vous ne les réglez pas. C'est une vérité incroyable de l'univers mais c'est comme ça que ça marche. Puis vous fuyez quelque chose, plus ça prend de l'importance. Si c'est un problème que vous fuyez, il prendra aussi de l'ampleur avec la loi de l'attraction.

Quelles sont les choses qui vous ont empêché d'atteindre ce but aujourd'hui ?

Donc, une fois que vous avez ce but et que vous êtes vraiment excité à l'idée de l'obtenir, regardez tous les obstacles qui ont fait que vous ne l'avez pas atteint aujourd'hui. Il y a des choses qui vous ont empêché d'atteindre ce but aujourd'hui. Quelles sont ces choses-là ? Est-ce que c'est un manque de connaissances ? De temps ? D'estime de vous ? De support de votre famille ? Qu'est ce qui vous a empêché d'atteindre ce but aujourd'hui ? Ça va vous permettre de savoir ce que vous devez faire pour y remédier et pouvoir l'atteindre demain.

On peut surmonter tous les obstacles si on les connaît, si on les reconnaît. On peut alors y remédier et y faire face.

Ramenez vos buts sur des périodes plus courtes

Une fois que vous avez choisi votre but, si c'est un but de 5 ans, ramenez-le et rééquilibrerez-le pour qu'il devienne un but sur une période plus courte (3 mois, 6 mois ou un an).

Pourquoi ? Parce que quand le but est trop grand et trop loin ; En l'attendant, on a tendance à se perdre et ne pas voir la ligne directrice qui va nous mener jusqu'à ce but que l'on souhaite atteindre. Quand ce sont des buts plus rapprochés, il est plus facile de faire attention et savoir si nos actions nous permettent de nous rendre à notre but, voir notre cheminement, et pouvoir

mesurer notre succès. Tous les buts que vous vous créez doivent être faits à la méthode qu'on appelle « Smart ».

Je ne vais pas m'étendre là-dessus. Vous pouvez aller sur « wikipedia » et faire une recherche sur cette méthode qui va vous permettre de créer des buts dans ce concept. Je ne vais pas m'étendre là-dessus parce que c'est un cours en soi sur la création de buts. Je vais vous donner les outils de base.

Ecrivez les actions pour avancer vers vos buts

Alors, une fois que vous avez créé vos buts SMART, faites une planification, c'est-à-dire commencez d'abord par écrire toutes les choses que vous pensez devoir faire pour atteindre ce but. Vous pouvez faire une liste exhaustive de toutes les étapes que vous pensez avoir à faire, toutes les choses que vous aurez à apprendre, tous les gens que vous aurez à rencontrer. Une fois que cette liste est créée, sachez que 80% de cette liste est inutile. Uniquement 20% de cette liste va vous aider à aboutir, à vous rendre à votre but.

Priorisez vos buts

Parmi toutes ces choses que vous avez écrites, faites une priorité dans la liste que vous avez créée et regardez les choses qui sont importantes, les choses qui semblent vraiment pouvoir vous aider à vous mener à votre but. Le but n'est pas la fin en elle-même. C'est

vraiment le cheminement vers le but qui est important. C'est ce que vous allez apprendre en cours de route. C'est l'expérience que vous aurez qui est importante.

Restez dans le moment présent.

Ne laissez pas tout votre espoir sur votre but, mais regardez vraiment votre cheminement et appréciez le moment qui passe pendant que vous vous rendez à ce but. Il va probablement se rendre également à vous si vous pratiquez la loi d'attraction.

Planifiez les actions

Une fois que vous avez écrit toutes ces choses et que vous avez mis les priorités, planifiez-les ! Faites un geste par jour, trois ou même cinq gestes par jour qui vont vous mener à ce but. Mettez-les dans votre agenda et écrivez : je me promets que la semaine prochaine voilà toutes les choses que je veux faire pour me rendre à mon but. Si vous découpez un gros éléphant en petits morceaux, vous allez être capable de le manger.

Donc, même si votre but est immense, si vous le **découpez en toutes petites actions** que vous aurez à faire quotidiennement, vous vous y rendez à la fin. Même si vous avez à faire 10000 km, le premier pas va vous amener vers cette direction. N'ayez pas peur de la grosseur et de l'envergure de votre but !

Découpez-le en petits morceaux qui sont mangeables,

que vous allez être capable de digérer, les rentrer dans votre quotidien et agir dans cette direction.

Si vous ne savez pas quelles sont toutes les actions que vous avez à faire pour votre but, écrivez celles qui vous viennent à l'esprit. Les autres, au fur et à mesure que vous allez bouger vers votre but, vont apparaître. Les autres étapes vont apparaître. Parfois, le but semble gros, lointain. On se demande comment on va pouvoir l'atteindre ; ça a l'air inatteignable ; c'est tellement loin, on ne voit pas le comment ; on n'arrive pas à comprendre. **Le comment n'est pas tellement important.** Occupez-vous des étapes que vous voyez devant vous et croyez dans l'univers que ça va se dérouler, que vous allez voir au fur et à mesure les prochaines étapes se dévoiler.

J'aime beaucoup Jack CANFIELD dans « Le secret ». Il parle de sa voiture en plein milieu de la nuit, ayant juste les phares qui éclairent une certaine distance devant lui. Evidemment, même si on connaît la ville où l'on conduit et là où l'on veut se rendre, on ne voit pas tout le chemin qui va nous mener jusqu'au bout. On ne voit que la route qui est éclairée par les phares.

Donc rappelez-vous de ce principe et ne mettez pas trop de pression sur votre dos. Sachez que l'univers est là aussi pour prendre en charge le comment, et vous aider sur cette route. Donc, **plus vous allez avoir confiance en vous, plus vous allez avoir d'estime de**

vous, plus vous allez être capable de vous diriger vers ce but avec confiance, en ayant foi en l'univers.

Plus vous avez confiance en vous, plus vous aurez foi en l'univers, et plus la loi de l'attraction fonctionnera dans le bon sens et vous amènera les outils qu'il vous faut pour vous mener jusqu'à vos fins, jusqu'à votre but.

Faites toujours les actions les plus dures à la première heure le matin. Débarrassez-vous des gros morceaux à faire aussi vite que possible, comme ça au moins après, le reste de la journée vous sera facilité et vous serez beaucoup plus d'entrain, beaucoup plus de joie à vivre au quotidien si vous vous débarrassez des grosses charges que vous avez à faire, des choses qui font le plus peur et qui nous ennient en premier dans la journée. Ne perdez pas de temps. Ne procrastinez pas. Attaquez ! Attaquez ! Attaquez ! Dites « Je peux, je veux, je peux, je veux, je peux, je veux » et faites-les immédiatement, comme ça vous ne réfléchissez pas à la tâche qu'il y a à faire. Planifiez ! Planifiez ! Planifiez ! Passez du temps à planifier! Ecrivez toutes les étapes que vous voyez et planifiez. Une minute de planification vous sauvera dix minutes de production. Plus vous planifiez, plus vous aurez la chance de vous rendre plus rapidement à votre but. Croyez-moi ! Plus vous planifiez, plus vous êtes ordonné.

L'univers adore l'ordre, la planification. Plus vous êtes

ordonné, plus l'univers adore vous donnera les outils pour vous rendre à votre but. Vous allez rencontrer soudainement des gens que vous n'avez pas vus depuis longtemps, qui vont vous mettre sur le chemin que vous avez besoin d'emprunter pour vous rendre à votre destination.

N'ayez pas peur de la grandeur de votre but car l'univers n'a pas de limites ; donc ne vous créez pas de fausses limites. Les limites n'existent pas. Ayez cette mentalité d'être sans limites, parce que l'univers est tellement grand. Il n'a aucun effort à mettre pour vous permettre d'atteindre vos rêves.

Alors, apprenez à créer des buts. Plus vous en créerez, plus vous serez habitué à en créer. Vous changerez d'avis, de plan, de route, ce n'est pas grave. L'important est que vous sachiez ce que vous voulez au fur et à mesure que vous le voulez, et que vous vous dirigiez dans cette voie. Savoir ce que l'on veut, c'est savoir ce qui nous fait vibrer à l'intérieur, ce qui nous fait ressentir de l'amour pour l'univers. Quand on a une passion pour quelque chose, il faut la faire. Parce que la vie passe, et vous ne voulez pas finir vos jours avec les regrets de tout ce que vous n'avez pas fait.

Il n'est jamais trop tard pour commencer. Il y a des gens qui se sont mis à réussir à 70 ans, ou à 90 ans. Il n'est jamais trop tard pour commencer. Donc mettez vous-y dès à présent.

Choisissez un but et tenez-vous-en. Dirigez-vous dans cette direction et ayez foi en l'univers. Lâchez prise, ne vous attachez pas trop aux fins et créez-vous des buts. Sachez ce que vous voulez. Décidez de ce que vous voulez. Décidez ! Décidez ! Décidez ! L'univers se pliera à votre volonté. Je ne le répéterai pas assez. C'est une partie cruciale et fondamentale de savoir se créer des buts non seulement pour la loi d'attraction ; mais pour la loi du succès. Il faut les écrire. Ecrivez-les sur papier ; c'est très important. Ecrivez ! Ecrivez ! Ecrivez ! Tout le temps ! Tout le temps ! Tout le temps !

Ayez un bloc-notes avec vous pour écrire vos pensées votre but. C'est tout ce que font les gens qui réussissent. Ils écrivent des buts et les planifient. Ils passent plus de temps à écrire des buts et les planifier que dans l'action elle-même. L'action se fait d'elle-même à la fin. Parce qu'il ne s'agira plus que de petits détails à faire pour ce rendre à destination. Plus vous planifiez, moins vous aurez à agir. Et donc plus vous aurez de temps pour vos loisirs.

Je vous conseille alors d'aller sur le site «attractitude» pour télécharger un de mes cours qui vous aidera à attirer le meilleur dans la vie, à vivre une vie plus prospère, et à vivre dans l'abondance. C'est ce que je vous souhaite de tout mon cœur.

4 GESTION DE TEMPS

Je voulais vous offrir la base de mes connaissances pour vous permettre de vous aider sur le chemin de la prospérité et l'abondance. J'ai accumulé énormément de connaissances et d'expériences tout au long des années et je voulais au moins partager le plus grand nombre de connaissances pour vous aider gratuitement à commencer, à démarrer ou à redémarrer ,à vous remotiver ou à vous éclairer et vous inspirer. Ce que je peux faire pour que vous arriviez rapidement à votre succès.

Sachez que l'abondance et la prospérité, ce n'est pas ce qui manque, et ce qui manque souvent c'est notre conception ; que l'on peut atteindre ses buts, que l'on peut se réaliser, que l'on peut arriver à ses fins.

Loi du succès N°1 : La gestion du temps.

Les gens qui réussissent dans la vie sont les gens qui

savent gérer leur temps, efficacement, d'une manière efficiente, ils ne perdent pas de temps et savent se programmer, programmer leur journée.

Beaucoup me diront ; « si je programme trop, planifie trop, je perdrai ma liberté, j'aime être un peu au gré du vent et moins me préoccuper tous les jours de ce que j'ai à faire dans ma liste de choses à faire et plus profiter de la vie». C'est vrai, si vous profitez de la vie, mais si ce temps-là est passé à regretter les moments où vous n'avez pas profité de la vie, ou à vous sentir coupable parce que vous ne faites pas ce que vous étiez supposé faire, ou des moments où vous perdez votre temps parce que vous n'avez jamais atteint un niveau de succès assez important pour vraiment vous permettre ces moments de loisirs où vous pouvez ne rien faire. Si vous êtes dans l'un de ces cas-là, programmer son temps, bien l'utiliser, le gérer, planifier, etc. est nécessaire pour atteindre justement la liberté et pouvoir après cela, ne rien avoir à faire, et avoir beaucoup plus de temps pour les loisirs.

Alors plus vous programmez votre temps, plus vous êtes capable de bien le gérer, donc de moins perdre de temps, plus le temps qui n'est pas perdu peut être récupéré, et transformé en temps agréable pour les loisirs. Il est vraiment nécessaire de savoir gérer son temps, non seulement parce que bien gérer son temps veut dire que arriverez à vos buts beaucoup plus rapidement, mais ça permet aussi de vous sentir mieux,

donc d'avoir plus d'estime de vous parce que vous gérez mieux votre temps, et d'avoir moins de culpabilité, car la culpabilité est l'un des tueurs de l'estime de soi, de l'amour propre, et vous voulez avoir moins de culpabilité, parce que plus vous vous sentez coupable moins vous avez d'amour propre, et moins vous avez d'amour propre moins vous pensez que vous méritez de recevoir le bien et moins l'univers va vous offrir ce bien-là, alors dans ce cas-là, vous utilisez la loi de l'attraction dans le sens négatif. **Moins vous avez de culpabilité, plus vous vous sentez bien, plus vous pensez que vous méritez de recevoir le mieux pour vous, et plus vous vous mettrez à recevoir de mieux en mieux, et plus vous allez vous attirer le meilleur.** Nous voulons que vous ayez le moins de culpabilité possible. Par conséquent, **gérer son temps d'une manière efficace car cela va vous permettre justement d'avoir beaucoup plus d'estime et de confiance en vous**, de voir que vous vous réalisez, que vous avez du succès, et que vous terminez les taches que vous avez commencées dans un temps donné.

J'aimerais vous donner la base d'une bonne gestion de temps, cela va grandement vous aider si vous suivez les principes que je vous donne à la lettre ou du moins à peu près.

Que faire pour la gestion de temps ?

Tout d'abord, avant de pouvoir savoir comment gérer

son temps, il faut savoir où est-ce que vous l'utilisez.

La première étape, avant toute chose, c'est de pouvoir faire un compte réaliste des heures, savoir où est-ce que vous les passez.

1^{ère} étape : Ecrivez tout ce que vous faites dans votre journée

Ce que je vous conseille de faire, c'est d'inscrire tout ce que vous faites durant vos journées pendant une ou deux semaines, sans sauter des moments en vous disant « ça c'est juste 5 minutes par-ci, 5 minutes par-là, ou 15 minutes par-ci, 15 minutes par-là, écrivez ce dans quoi vous employer toujours votre temps, et comme ça vous pourrez avoir une meilleure vision de votre emploi du temps. Une fois que vous aurez fait cela, c'est le moment de faire une diète, en fait de budgéter son temps. Il est important de voir dans votre temps, où est-ce que vous perdez du temps.

Comment savoir où est-ce qu'on perd son temps, regardez par rapport au but que vous vous êtes fixé.

Une fois que vous aurez fixé vos buts, vous verrez dans le temps que vous avez occupé quelles sont les actions que vous avez menées durant ce temps-là, qui vous dirigeaient vers le but que vous vouliez obtenir et quelles sont les actions qui étaient vraiment inutiles.

Que sont les mangeurs de votre temps ? J'appelle les

actions inutiles des mangeurs de temps innombrables, comme :

- les émissions inutiles à la télévision,
- les médias sociaux, si vous passez beaucoup de temps à papoter pour ne rien dire,
- les texto au téléphone avec des conversations négatives, ou qui n'ont pas de fin avec des gens qui ne vous apportent rien de positif. Vous pouvez raccourcir ces conversations-là.
- Les heures prises dans l'embouteillage que vous n'avez pas utilisées pour réfléchir ou pour écouter des CD, des informations, de l'éducation, des choses qui pourraient vous aider à vous rendre à vos buts, tous ces moments sont perdus.
- Les visites chez vos amis, qui ne sont parfois pas des amis, ce sont des visites qui peuvent vous nuire parfois.

Essayez de faire le tri de toutes les actions que vous avez faites durant les deux semaines où vous avez analysé votre emploi du temps, et par la suite vous pourrez éliminer une grande partie de ces mangeurs de temps en faisant des actions qui vous amèneront plus près de votre but.

C'est l'étape cruciale, l'étape numéro 1 ; faire cet emploi du temps, de réaliser là où on passe son temps

avant de pouvoir couper les choix inutiles.

Sachez que 80% de votre temps est perdu à faire des tâches qui ne vont vous apporter que 20% de bien-être, 20% seulement des tâches que vous faites pendant la journée vont vous procurer 80% des résultats.

Quelqu'un qui sait bien gérer son temps saura quelles sont les actions qui vont le mener à avoir 80% des résultats, par rapport à perdre son temps à faire des actions qui ne vont le mener qu'à 20% des résultats.

Quel est votre tarif horaire ? Calculez également votre salaire, combien vous valez de l'heure. Vous pouvez faire ça de deux manières ; soit vous calculez combien vous êtes payé en net et vous divisez à l'heure, combien vaut une heure de votre temps. Ou bien, vous pouvez calculer votre salaire idéal, net, et calculer combien vous aimeriez que votre heure coûte.

La raison pour laquelle je demande aux gens de faire cela, c'est que ça leur permet d'avoir un lien plus direct entre l'argent et le temps, et de pouvoir voir que chaque minute dépensée est en fait de l'argent dépensé.

Chaque minute sauvée est une minute que vous pouvez employer pour gagner plus d'argent, à avoir de meilleures idées créatrices pour vous sortir des problèmes.

Les gens les plus riches sur terre sont ceux qui ont le plus de temps disponible, tout le temps pour eux, pour faire tout ce qu'ils veulent. A mon avis, la liberté du temps est la plus grande richesse que l'on peut avoir. Donc à chaque minute que vous travaillez vous accumulez de la richesse pour qu'un jour vous puissiez acheter du temps.

C'est important de savoir combien coûte votre temps. Il y a également cette leçon de savoir combien coûte votre temps, ou combien vous valez, qui va vous permettre de savoir comment vous l'employez.

Par exemple, si vous voulez gagner 20 ou 30 euros de l'heure, mais que vous employez à tondre le gazon ou à laver votre voiture ou à faire le ménage chez vous pendant des heures, alors que vous pourriez engager quelqu'un qui le ferait pour une fraction du prix, ça c'est de la vraie perte de temps. C'est plus important d'engager des gens, voire dépenser de l'argent, pour les engager à faire des actions beaucoup moins chères que ce que vous valez, pour que votre temps soit vraiment employé à faire des activités qui vont vous rapporter au maximum de ce que vous voulez valoir. Et même si le temps que vous passez est libre, vous pouvez l'employer à résoudre des problèmes, à trouver des solutions, et donc à grandir, et non pas avoir des occupations qui coûtent très peu d'argent et que vous pouvez déléguer. **Déléguer est une grande manière de sauver du temps.** Déléguez un maximum de choses.

Lorsque vous aurez fini de faire la liste d'actions, que vous voulez faire pour réussir, et aller vers votre but. Quand vous aurez classé les priorités de ces actions-là, vous saurez quelles sont les actions qui sont vraiment importantes et celles qui sont vraiment inutiles. Pour les actions inutiles, je vous conseille de les déléguer pour sauver du temps.

Attention à la procrastination :

Procrastiner est l'un des meilleurs moyens de perdre son temps, l'un des plus grands mangeurs de temps. On remet souvent au lendemain les choses qu'on n'a pas voulu faire, et c'est une magnifique façon de ne pas réussir, parce que le temps est finalement passé et on ne s'est jamais rendu à son but.

Il y a deux manières de régler le problème de procrastination :

- la première est de diviser une tâche infiniment plus petite, et de s'affairer immédiatement à compléter la plus importante de ces petites tâches, ainsi, c'est beaucoup plus facile de résoudre chacune de ces petites tâches, et c'est comme ça qu'on résout les problèmes, c'est en les divisant pour savoir par où il faut commencer, et une fois que vous aurez résolu chacun de ces petits obstacles, vous passerez à l'étape suivante et à un moment donné vous aurez complété le puzzle, et vous vous serez rendu à votre fin sans même vous en

rendre compte. Divisez chaque tâche qui vous paraît immense en toutes petites tâches pour qu'elle vous paraisse facile à faire. C'est toujours possible de trouver de toutes petites tâches.

-La deuxième façon magique pour combattre la procrastination, c'est de ne pas réfléchir trop longtemps à ce que l'on a à faire. Une fois que vous aurez déterminé et planifié ce que vous avez à faire, faites-le, ne passez pas votre temps à réfléchir à ce que vous avez à faire car vous n'y arriverez jamais, vous n'aboutirez pas, vous ne finirez pas ce que vous avez commencé.

Par conséquent, commencez dès le matin à faire la tâche la plus difficile, commencez votre semaine en faisant les tâches les plus dures. En faisant cela le lundi, imaginez comment votre semaine va couler facilement, et vous vous sentirez relâché. Le soulagement et la relaxation sont une des manières extraordinaires pour s'attirer le meilleur.

Développez l'émotion du soulagement et d'être bien dans sa peau est une manière phénoménale pour s'attirer le meilleur dans la loi de l'attraction. Plus vous aurez de temps libre, plus vous allez pouvoir nager dans ce sentiment de bonheur et de satisfaction qui vont vous permettre de vous attirer davantage de moyens d'arriver à vos fins et de vous attirer le meilleur pour votre vie, ainsi vous irez dans une spirale positive qui pour aller de mieux en mieux, c'est ce que je vous

conseille. ☺

Comment savoir ce qui est le plus important dans notre liste de choses à faire ?

Demandez-vous :

« Est-ce que ce sera une catastrophe si je ne fais pas ces choses-là ? Est-ce que cette chose-là, si je ne la fais pas j'atteindrai quand même mon but ? Ou ça va vraiment brimer, et m'empêcher de réaliser mon rêve ? »

- Si la réponse est OUI, (ça va vraiment m'empêcher d'arriver à mes fins), alors faites-le !
- si la réponse est : « Oh, je ne suis pas sûre de vraiment vouloir faire cela pour me rendre à mes buts », c'est que cette tâche-là est inutile, donc vous pouvez la déléguer à quelqu'un d'autre.

Déléquez, déléquez un maximum de choses quand à même ne plus rien avoir à faire. Le but dans cette vie est de s'occuper uniquement de son bonheur et de ne plus s'occuper des tâches, les unes après les autres. Mais de s'occuper à se sentir bien, ne rien faire, à juste être là, profiter du moment présent, à méditer, penser en silence, à se promener dans le bois, à avoir des occupations de loisirs, rien qui a rapport avec des tâches difficiles à combattre, à voguer, à naviguer à l'encontre du courant. Rien de tout

ça ne veut dire vivre vraiment, c'est survivre et combattre, cela ne fait pas partie de la loi d'attraction.

La loi de l'attraction, c'est de s'asseoir, de méditer, de profiter de la vie et de toutes les choses que nous pouvons nous attirer. Pour ce faire, il faudrait avoir du temps libre, du temps où dans votre tête vous n'avez pas toute la liste de choses que vous avez à faire. D'ailleurs je vous conseille de beaucoup écrire « Ecrivez, écrivez, écrivez ! » **Ecrivez un maximum, tout ce qui vous passe par la tête**, vous verrez que votre cerveau sera allégé. Vous serez plus à même de profiter du temps libre, de ces moments de silence qui vont vous permettre de vous attirer le meilleur.

Je vous conseille d'aller sur attractitude.com et de télécharger le cours complet sur la loi de l'attraction, ça vous donnera toute la méthodologie de A à Z, il y a de 6 heures à 12 heures d'audios et de vidéos sur tous les aspects de la vie, vous pourrez être définitivement aidé, car c'est un investissement qui en vaut la peine, je le sais, (et je ne le dis pas parce que c'est moi qui l'ai fait ☺), mais parce que les gens me le disent quand ils finissent le programme, et que c'est incroyable tout ce qu'ils ont appris, et qu'en l'appliquant dans leur vie, celle-ci a effectivement changé.

Je vous conseille de tout cœur de télécharger tout le cours sur la loi d'attraction, qui vous permettra de vous

attirer le meilleur.

J'espère que cette section sur la gestion du temps vous a aidé. Il y a un livre ci-dessous qui parle de la gestion de temps, qui va vous permettre d'apprendre un maximum sur la gestion de temps, car j'y ai mis toute ma connaissance et je considère être une experte dans la gestion de temps, c'est pour cela que j'ai énormément de temps libre, c'est d'ailleurs pour cela que j'ai réussi à vivre dans un endroit que j'adore, et aller à la plage tous les jours, prendre d'innombrables cours de volley et de tennis car je veux me développer, ce sont mes deux prochains buts, et de continuer à écrire et coacher.

Mais avoir tellement de temps, c'est justement ça, ne rien faire, rester assise, méditer et profiter du temps qui passe, de le voir couler seconde après seconde devant mes yeux avec bonheur et plénitude pour pouvoir tout simplement me relaxer et profiter de mon être, de mon âme, de mon corps, sans avoir à m'inquiéter de quoi que ce soit. Je vous souhaite ce sentiment, car il est extraordinaire, le sentiment d'être là, et de savoir que l'univers s'occupe de nous, que l'on a tout, et que tout nous arrive toujours pour le mieux, de mieux en mieux, c'est un sentiment extraordinaire ; de bien-être, de plénitude, de soulagement, de contentement, de joie, de bonheur, de gratitude.

Je vous souhaite de vivre ces expériences-là, et pour vivre ces expériences-là, il faut avoir le temps de les

vivre, donc gérez votre temps intelligemment, apprenez à le gérer, car ça va vous permettre d'avoir du temps libre pour profiter tout simplement de la vie sans avoir à vous occuper d'autre chose, sans courir, sans être toujours à la bourre et à courir après ce qui vous attend. Vous n'aurez plus rien qui vous attend, ça sera tout simplement à vous de profiter du temps qui passe, et je vous le souhaite, car ça, à mon avis, c'est l'une des plus grandes richesses qui existent, de pouvoir choisir librement son emploi du temps.

5 LES LOIS FONDAMENTALES

Je souhaite vous parler davantage des principes que j'ai utilisés pour réussir à me libérer financièrement, à m'investir dans l'immobilier, à déménager en Floride, à devenir auteur, à avoir une peinture au Time Square de New York, à voyager à ma guise, à avoir du temps libre, à faire tout ce que je veux tout le temps, à avoir rencontré un homme extraordinaire, avoir une santé extraordinaire, à m'être débarrassée des trente kilos, à avoir de l'argent, de l'amour.

Alors maintenant que j'ai tout ce que je souhaite, et j'en souhaite davantage, croyez-moi, on ne s'arrête jamais ! On arrive à une plateforme puis on dit ; bon, c'est quoi qui vient ? C'est quoi la prochaine plateforme que je veux atteindre.

Il n'y a jamais de fin, jusqu'à ce que l'on vive je pense. Je veux partager avec vous ce qui a fait en sorte que j'arrive où j'en suis pour que vous puissiez également

vous rendre là où vous voulez aller, plus rapidement car c'est ça en fait le but, c'est de s'y rendre rapidement pour atteindre vos buts, et c'est surtout pour pouvoir vivre à l'aise, vivre en paix avec soi, et cela ne change pas dépendamment des buts que vous allez atteindre.

J'aimerais commencer par les règles ou les choses que j'ai employées et qui ont fait en sorte que j'ai vraiment changé ma vie, et que j'ai réussi.

J'espère que ces informations vont vous servir. Je l'ai fait avec l'intention de beaucoup vous apporter. Je crois en l'acte de générosité, je pense que ce que l'on donne nous revient au centuple, au moins. Je veux vraiment beaucoup vous apporter car je sais que ça va me rapporter beaucoup à la longue, avec le Karma de l'univers. Et je sais que comme des vagues et des ondes, plus j'apporterai de choses bénéfiques, plus vous ondulerez aussi avec cette énergie positive, et plus notre belle planète se portera de mieux en mieux, donc c'est pour le bénéfice de tout le monde, et ces ondes me reviendront et les gens se porteront de mieux en mieux autour de moi, cela profite à tout le monde. Sachez que plus vous allez bien, plus les gens autour de vous se porteront bien. C'est vraiment une suite que vous devez comprendre ; pour vos enfants, pour vos parents, pour vos amis, pour vous-même.

Plus vous serez heureux, plus les gens autour de vous le seront, et plus ils vous rendront ce bonheur, etc. Cela

ne se termine pas, au contraire, ça ne va que de mieux en mieux.

Loi du succès N°2: la responsabilisation

La première loi que j'ai employée, la première leçon que j'ai apprise pour changer ma vie, c'est ce que j'appelle la responsabilisation, c'est une grande loi de succès, c'est aussi une grande loi de l'attraction. **Il faut se sentir responsable à 100% de tout ce qui nous est arrivé dans la vie**, je répète, de tout ce qui nous est arrivé dans la vie. Au début ce n'est pas facile, j'ai eu des accidents, des vrais de vrais, des accidents routiers et j'ai eu des accidents de parcours, voulus ou non voulus, conscients ou inconscients, je me suis cassée la figure assez souvent. Il est souvent difficile d'accepter que l'on est responsable de ces accidents-là.

Il est difficile d'accepter que c'est nous qui avons causé l'accident. Je suis restée deux mois sans bouger, j'ai traversé la rue au feu vert, c'était un feu vert pour moi, et il y avait un gars qui est passé à 70km/h, il m'est rentré dedans en brûlant son feu rouge. Le fait de savoir que c'est moi qui suis responsable, que c'est moi qui me suis attirée ça dans ma vie, parfois c'est difficile, mais je dirais que c'est l'étape essentielle pour se redonner de pouvoir.

Une fois qu'on sent qu'on est responsable de tout, on prend aussi conscience **qu'on a le pouvoir de tout**

changer dans notre vie, qu'on a l'entièrre maîtrise de notre destin. **On n'est plus la victime des circonstances**, mais **on devient le metteur en scène de notre vie**.

Je veux dire que ces pensées-là ont énormément changé ma vie, elles étaient capitales, comme le pivot sur lequel j'ai soudainement cliqué. Je n'étais plus la pauvre victime de tout ce qui se produisait, et que j'étais un peu ballotée à droite et à gauche par la vie, mais que je montrais que je décidais de ce que je voudrais et que je prenais toute la responsabilité, je reprenais le contrôle de ma vie.

Je dis souvent, « remettez-vous au volant de votre vie, ne soyez pas assis dans le siège passager. Quand vous vous remettez au volant de votre vie, vous reprenez le pouvoir, vous reprenez la direction, c'est vous qui choisissez, c'est vous qui êtes le metteur en scène de votre vie, grâce à ça, c'est vous qui réussissez, qui arrivez à votre succès, vous n'avez plus à dépendre de l'avis des autres, de la vie des autres pour réussir.

C'est la première leçon, qui est fondamentale.

Comment se responsabiliser ?

Ecrivez les événements que vous refusez d'accepter dans votre vie, et écrivez ; « j'en prends l'entièrre responsabilité, car le fait d'écrire « j'en prends l'entièrre responsabilité » commencera à vous mettre en conscience de tous les éléments de votre vie que vous

pouvez reprendre, donc reprenez conscience de cela. C'est capital car cela va vraiment vous redonner votre plein pouvoir, c'est un changement qui se fait quelque part à l'intérieur de vous, là où vous allez reprendre confiance en vous.

Je dirais que c'est une clé capitale, qui est à la base de tout succès, la base du pouvoir, de la loi de l'attraction, c'est cette responsabilisation. **C'est vous qui vous vous attirez le meilleur ou le pire**, c'est vous qui avez ce pouvoir d'attraction et personne d'autre. C'est à vous de faire en sorte de vous attirer le meilleur, vous avez le pouvoir et la responsabilité de le faire. Plus vous allez mieux, et plus ça influencera votre entourage, votre vie, et ça se répercutera dans votre futur et dans les expériences que vous allez vous attirer. C'était la première leçon.

Loi du succès N°3 : La détermination

Je dirais que la deuxième chose que j'ai apprise était sur moi. C'est ce qui m'a énormément aidée à continuer à foncer et à me rendre n'importe où je voulais me rendre. C'est la détermination. Alors, je répète souvent que **la persévérance vient à bout de la résistance**. Il n'y a aucune résistance qui peut venir à bout de la persévérance. La seule manière dont vous pouvez faillir est d'arrêter d'essayer. Tant que vous essayez, vous n'avez pas capitulé. Tant que vous n'avez pas capitulé, vous n'avez pas perdu la partie. Donc il y a toujours

l'espoir que vous allez réussir. Alors, la persévérence vient à bout de n'importe quelle résistance. **Je sais, croyez moi, que ce n'est pas facile.** Et je vais vous donner un exemple concret, vrai.

J'ai acheté un immeuble que je voulais rénover. Je manquais d'argent, donc je voulais le rénover par moi-même. Je pensais que c'était uniquement de la décoration au départ. Il y avait des tapis qu'il fallait que j'arrache. Donc, je les ai remplacés par des planchers de bois. J'avais déjà fait la pose de plancher. Donc je me disais que ça allait se faire dans un tour de main et que j'allais arracher les tapis, je sais très bien comment les tapis sont créés dans une pièce. Il n'y a pas de soucis, tout va se faire rapidement et facilement.

Or, à mon grand désarroi, je me suis aperçue que les tapis étaient collés avec de la grosse glue collante, mais de mur à mur. Chaque millimètre était collé avec de la grosse glue : impossible de décoller le tapis. Il fallait absolument que je décolle le tapis si je voulais mettre les planchers de bois. Avant mon achat, la personne qui habitait là et avait une multitude de chats. J'ai pu comprendre par l'odeur qui se dégageait des tapis, qu'ils n'avaient pas facilité l'accès aux toilettes pour ces chats. Donc l'odeur qui sortait de ce tapis était nauséabonde. En plus, les chats avaient probablement une multitude de puces car les tapis en étaient infestés.

Donc il fallait absolument que je me débarrasse de ces

tapis. Je me suis mis à la tâche quand même. J'avais 3000 pieds carrés, ce qui est à peu près 100m² de tapis à retirer (200m² puisque j'avais 2 étages). C'est immense : 200m² de tapis sans exagérer puisqu'au Canada les pièces des immeubles sont grandes, les appartements sont gigantesques.

C'était ma tâche, donc je me suis mise à l'œuvre. Je peux vous dire que c'était en plein été, au mois de juillet. Les puces n'avaient pas mangé depuis peut-être une semaine. Elles étaient affamées. Elles se sont mises à me dévorer. Je ne pouvais pas m'habiller davantage, car je transpirais de la tête aux pieds juste au moindre effort, parce qu'il faisait une chaleur intolérable et je me suis mise à arracher les tapis centimètre par centimètre. Je me suis mise à utiliser n'importe quel outil que je trouvais pour lever le tapis, et qui pouvait faire un effet de levier pour m'aider à arracher le tapis. Ça m'a pris 4 jours, presque 4 nuits. La première journée avant que je découvre mes amies les puces affamées, j'avais d'abord nettoyé la salle de bain. Je l'avais repeint et je me suis dit qu'au moins ça allait me faire un havre de paix, un endroit qui est propre où je vais pouvoir me laver parce que l'appartement était vraiment horrible. D'ailleurs c'est pour ça que j'ai acheté des appartements délabrés que j'ai rénovés pour enfin me faire un profit dessus. Donc, j'avais ma salle de bain. Tout allait bien. J'ai passé toute la journée à repeindre, à arranger la salle de bain. Le soir, j'étais

crevée. Je voulais juste m'allonger, je me suis aperçue que le tapis avait une odeur exécrable, et qu'en plus, c'était infesté de puces, j'ai décidé d'aller dormir dans la cuisine vu qu'elle n'a pas de tapis. Sauf que le seul matelas que j'avais était un matelas gonflable à la main. Je savais que j'allais passer au moins deux heures pour le gonfler. J'ai finis par dormir dans le bain. Je l'avais remplie d'eau, qui était devenue très froide durant la nuit pour que les puces ne viennent pas me déranger durant la nuit dans le bain. J'ai dormi deux nuits dans ce bain.

Durant la journée, je passais mon temps à arracher le tapis. C'est un combat qui semblait surhumain. L'eau dégoulinait. C'est comme si quelqu'un me versait des seaux d'eau sur la tête à chaque fois que j'essayais d'arracher un tapis.

A un moment donné, je me suis levée, exaspérée, déprimée, dégoutée : mais qu'est ce que j'ai fait en achetant cet immeuble ? Je n'y arriverai jamais ! Le tapis s'arrachait mais d'une manière tellement lente. Ça me prenait tellement d'efforts pour arracher un centimètre. J'avais 100 mètres carrés sur un étage ; et je savais que l'autre étage m'attendait. Je savais qu'il fallait en plus que je repeigne tous les murs de ces trois appartements, tous les murs. J'arrangeais les salles de bain. J'ai failli baisser les bras ; j'ai en fait baissé les bras pendant quelques instants. Je me suis accotée sur le mur et j'avais les larmes qui coulaient, mais je n'avais

pas le sentiment de pleurer, c'était juste de la grande fatigue, du grand désarroi, de la grande déception. J'ai failli abandonner, et je me suis rappelé de Martin Grey, un auteur qui a été pris dans les camps de concentration et qui décrivait comment il s'est enfui des camps de concentration en fuyant à travers les latrines.

Je me suis dit : Si Martin Grey a réussi à endurer les latrines pour s'enfuir hors des camps de concentration, qu'est ce que ce petit tapis devant moi pour pouvoir m'offrir la liberté financière ? Donc, **j'ai persévétré. J'ai réussi.** J'ai travaillé 4 ou 5 semaines dans cet immeuble. Au bout des cinq semaines, je l'ai loué. J'ai même vendu cet immeuble, et je me suis fait 30 000 \$; 30 000\$ pour cinq semaines de dur travail mais néanmoins, c'est quand même un salaire que quelques uns se font à l'année parfois.

Tout ça pour dire que la détermination vient à bout de peu importe la problématique que vous allez avoir. Parce que des problèmes, vous allez toujours en avoir. C'est comme ça qu'on grandit. Se voir plus grand que ses problèmes, par la détermination, est vraiment une façon d'évoluer, de grandir. Alors, **ne laissez jamais tomber.** Continuez toujours à persévéérer. C'est la deuxième loi du succès que j'aimerais partager avec vous.

Loi du succès N°4 : Etre dans un apprentissage constant.

La troisième loi de succès, est de toujours grandir et de toujours apprendre, de ne jamais arrêter, de ne jamais prendre les choses pour acquises ; que ce soit dans vos relations de couple, ou que ce soit en affaires. Souvent, quand on est en couple, on s'arrête et on se dit « C'est bon ! J'ai déjà tout fait. Je connais l'autre personne ». Mais on évolue tout le temps et notre bien aimé évolue aussi.

Il faut réapprendre à aimer, réapprendre à connaître les gens qui nous entourent, grandir, apprendre toujours davantage sur les choses que l'on peut faire pour s'améliorer et améliorer les autres. Nous leur apportons plus de bonheur, pour nous apporter plus de bonheur. Il y a beaucoup de choses que l'on peut apprendre pour grandir de l'intérieur, pour se sentir mieux, pour éprouver de meilleurs sentiments, pour vivre mieux de l'intérieur ; parce que tout provient de l'intérieur.

Plus vous allez vous sentir bien, plus votre environnement extérieur se transformera vers quelque chose de bien.

Plus vous allez avoir de la colère interne, plus votre environnement extérieur va vous refléter cette colère et vous attirer de plus en plus de raisons d'être en colère.

Apprendre, c'est une leçon que j'ai apprise très jeune, mais je me suis rendue compte que lorsque l'on cesse

de croire, ou quand on pense qu'on sait tout, c'est là que les gros problèmes nous frappent de plein fouet parce qu'on y était pas préparé.

Apprendre est une façon de se préparer pour affronter les problématiques qui peuvent survenir, pour grandir et être plus grands que nos problèmes.

En plus, de nos jours, apprendre est facile. C'est le moins qu'on puisse dire, parce qu'on a énormément d'informations disponibles. Vous pouvez vraiment apprendre. Et c'est ce que je vous conseille. Apprendre, ça nous mène à la quatrième leçon qui est la préparation.

Loi du succès N°5 : La planification, la préparation

Planifiez et préparez. J'ai raté beaucoup de choses dans ma vie parce que je ne les avais pas assez planifiées et préparées. Je pense que la plupart des gens ratent leur succès parce qu'ils ne sont pas prêts à vivre dans le succès.

Donc, **préparez votre succès.** Réfléchissez sur comment vous allez vivre et ce qui va changer dans votre vie quand vous allez avoir du succès.

Préparez-vous déjà au résultat pour ne pas être déçu par ce résultat. Parce que souvent, on est douté, on est doutant et on attire la défaite. On attire la faillite, on attire le retour en arrière.

Plus vous allez planifier étape par étape comment vous allez vous rendre quelque part, plus les choses vont devenir faciles. Avec la facilité, la loi de l'attraction va s'embarquer, parce que votre sentiment ne sera pas un sentiment d'inquiétude, mais ça va être un sentiment de relaxation, de soulagement ; car vous aurez l'impression d'être plus en contrôle et plus maître de votre destin. En vous préparant aussi aux éventualités, vous être plus capable d'affronter n'importe quelle situation qui peut survenir. Et si vous êtes prêt, vous allez l'être le moment où l'opportunité va frapper à votre porte ; car elle va frapper à votre porte grâce à la loi de l'attraction.

Mais si vous n'êtes pas prêt, vous ne pourrez pas lui dire OUI quand elle va frapper à votre porte. Vous allez avoir peur parce que vous serez en manque d'éléments : c'est souvent des éléments de connaissance. On ne sait pas assez, et donc quand l'opportunité frappe, on se dit « Ah non ! Pas maintenant ! Je ne suis pas prêt ! » Soyez prêts ! Soyez toujours prêts.

La manière d'être toujours prêt est de toujours se remettre en question, se poser des questions et de savoir ce qui manque :

- Qu'est-ce que je ne sais pas ?
- Comment je peux savoir davantage ?
- Comment je peux être davantage prêt ?
- Qu'est ce que je veux obtenir comme résultat ?
- Suis-je prêt à l'obtenir ?

- Qu'est ce que je vais laisser de côté pour obtenir ce résultat ?

S'il y a besoin, quels changements dois-je faire dans ma vie pour être prêt à avoir ce succès ? Comment est ce que je vis déjà dans le succès ? Comment je peux apprendre à vivre dans le succès ? »

L'apprentissage est vraiment une étape importante. Ce n'est pas pour me faire de la publicité, mais **je vous conseille d'aller sur le cours « attractitude » et d'apprendre à utiliser la loi de l'attraction.**

J'ai passé de nombreuses années à développer ce système. Il fonctionne. C'est une méthode prouvée, inédite et qui marche. Je vous conseille de l'employer et de l'utiliser car ça va vous permettre d'améliorer votre vie grandement, d'atteindre les buts que vous vous fixez et de vous rendre aux multiples destinations que vous allez avoir tout au long de votre vie.

Je vous remercie de suivre ces cours gratuits que je vous offre en ce moment. Ça vient vraiment du cœur ; parce que je ne les ferais pas si ce n'était pas pour le fait que vous allez apprendre, et parce que **mon but ultime est d'apporter de l'inspiration, de la motivation et les outils nécessaires pour permettre au plus grand nombre de gens d'avoir la vie qu'ils veulent vivre et de vivre leur vie pleinement.** Je vous souhaite de vivre cette vie pleinement et de vous rendre à la prospérité

et à l'abondance le plus rapidement possible.

Profitez-en ! Profitez de la vie. La vie est tellement belle.
Merci !

Loi du succès N°6 : La visualisation

Alors, qu'est ce que j'ai appris d'autre, ou qu'est ce qui pourra vous aider ? Je vous dirai que l'une des choses qui m'ont énormément aidée ; est la visualisation.

J'ai fait énormément de différents styles de visualisation. J'en ai essayé un paquet ; et je peux vous dire que **l'imagination est vraiment plus forte que la raison**. Ce que vous visualisez, ce que vous imaginez ; si vous arrivez à impressionner votre cerveau, je peux vous garantir que la réalité va se mettre à changer. C'est impressionnant à quel point le fait de visualiser et de croire en les images que l'on voit peut avoir un effet sur la réalité qui va venir par la suite.

Alors, j'ai eu du mal à y croire au départ, jusqu'à ce que j'en aie fait l'expérience à de nombreuses reprises, de nombreuses circonstances de ma vie qui m'ont prouvé que ce qui m'arrivait était directement lié aux visualisations que j'avais eues.

Méfiez-vous des images que vous regardez via la télévision

Je peux vous conseiller par exemple de diminuer la

quantité de temps que vous passez à regarder de mauvaises nouvelles, des films qui se terminent mal, à visualiser malgré vous à travers des médias comme la télévision ou l'internet. Ça impressionne votre cerveau.

Que vous le vouliez ou non, quand vous regardez des films tard le soir et que ce sont des films d'horreur ou de mauvaises nouvelles, et que vous êtes à moitié endormis, votre subconscient est beaucoup plus éveillé. Il va absorber beaucoup plus d'informations et vous risquez d'impressionner votre subconscient par des images négatives : ce qui va vous empêcher ou vous bloquer d'atteindre des résultats positifs, ou va vous attirer des circonstances négatives dans votre vie.

Donc, j'en sais quelque chose parce que j'ai vraiment pratiqué la visualisation. Je la pratique tous les jours, et j'aimerais vous donner rapidement quelques astuces ou moyens de visualiser.

1/L'un des moyens de visualiser que je préconise, est de prendre de **10 à 15 minutes par jour** dans le silence et de tout simplement fermer les yeux, se relaxer, se détendre, se sentir bien et prendre une grande respiration comme si on avait atteint tous les buts, et qu'on a plus besoin de s'inquiéter de quoi que ce soit, se laisser aller et se dire « Qu'est ce que je veux déjà ? Ah oui ! Je veux atteindre ce but financier ! Et là dans cette espèce de sentiment « relax » où l'on sent bien, visualiser notre vie quand on aura atteint ce but est

vraiment de se baigner dans ce sentiment de bien-être une fois que l'on aura atteint ce but.

On peut visualiser une scène en particulier.

-Si c'est par exemple l'amour, on visualise notre aimé, le fait de l'embrasser, d'être dans ses bras, de se laisser bercer dans cette espèce d'amour véritable et profond, vulnérable et magnifique, magique !

-Si c'est l'argent, on visualise le type de maison qu'on aimerait avoir, le type de voiture, on se voit entrain de conduire cette voiture, ou de se promener dans cette maison.

C'est un type de visualisation : 10 à 15 minutes chaque matin, vous visualisez les résultats que vous voulez obtenir.

2/La deuxième manière est de créer un tableau de visualisation. Il y a deux différents tableaux de visualisation. Moi, j'ai fait tout à la fois : toutes les méthodes en même temps. C'est ce qui m'a permis d'accélérer la loi de l'attraction et d'atteindre mes buts beaucoup plus rapidement.

Vous pouvez employer une de ces méthodes-là. Vous n'avez pas besoin de tout faire.

On peut faire le tableau de visualisation de deux façons :

Soit vous prenez un grand carton blanc, vous découpez les images qui représentent l'accès à votre succès, ce qui vous rend vraiment heureux et bien dans votre peau. Ça peut être des images de voyage, de demeure dans laquelle vous voulez habiter, de prospérité, d'abondance, d'amour, de relation affectueuse ou de vêtements que vous voulez vous achetez. Peu importe ce que c'est, il faut que vous l'inscriviez, que vous découpiez les images, et que vous le mettiez sur un tableau blanc de visualisation.

J'aimerais que vous mettiez ce tableau soit dans votre chambre à coucher pour que vous le voyiez juste avant de dormir, et dès que vous vous réveilliez ; ou bien dans votre salon, un endroit où vos yeux vont s'attacher de temps en temps plusieurs fois par jour (ça peut être votre bureau aussi).

Le but du tableau de visualisation n'est pas de se languir et de se morfondre du fait que l'on n'a pas encore atteint ces choses qui sont sur le tableau, mais bel et bien de tout simplement se laisser aller dans la rêverie que l'on va atteindre ces choses et qu'elles seront réalisées un jour ; sans s'inquiéter du « comment », sans être perturbé ou inquiet, mais vraiment de se laisser aller à ces images comme si vous regardiez des souvenirs, un tableau de vos souvenirs de toutes les choses que vous avez faites, avec ce sentiment de plaisir d'avoir réalisé ces vœux.

Soit vous prenez un cahier de visualisation. Vous allez mettre dans un cahier, toutes les images avec des phrases. J'avais un beau livre à une époque où j'avais découpé plein d'image de magazine, de tout ce que je voulais réaliser : les voyages, le type de maison, l'endroit où je voulais habiter, le type de relation amoureuse. Je voulais une relation sérieuse, donc j'avais plein de bagues de fiançailles parce que je voulais quelqu'un qui était vraiment sérieux et capable de s'engager dans une relation, un amour véritable. Donc, j'avais toutes ces photos d'amour, ce que l'amour représentait pour moi, toutes ces photos de ce que l'argent représentait pour moi, mon compte en banque. J'avais créé un faut compte en banque avec de l'argent dedans. J'avais plusieurs photos.

Mais en fait, ce que je vous conseille concernant ce genre de livre est de vous installer le soir et de le feuilleter (tous les soirs avant de vous coucher) comme si c'était un album de photos de vos réalisations, de ce que vous aviez fait jusqu'à ce jour.

Ce n'est pas une méthode pour vous plaindre du vide qu'il y a dans votre vie, et du fait que vous n'avez pas atteint tous ces buts ; mais c'est plutôt une manière de vous dire : j'ai déjà réalisé tous ces rêves ! N'est ce pas magique ? N'est ce pas merveilleux ?

C'est vraiment important de ne pas vivre dans l'esprit de manque, mais plutôt dans l'esprit de profusion.

Loi du succès N° 7 : les affirmations

Ainsi, je passe au sixième élément qui est l'affirmation. J'en utilise beaucoup, tout le temps. J'en utilise une jusqu'à ce que j'atteigne mon but ; une à trois au maximum. Je les répète constamment. C'est drôle parce qu'à un moment donné, je répétais sans cesse les trois affirmations suivantes :

« Ah ! Quel bonheur maintenant que je me promène dans l'eau, dans l'océan, tous les jours à ma guise et à mon aise ». Je répétais cela tout le temps.

« Ah que je suis heureuse car l'homme de ma vie m'aime infiniment ; nous vivons dans le bonheur quotidien. Ah que je suis heureuse car l'homme de ma vie m'aime ; nous vivons dans le bonheur continu et nous vivrons dans le bonheur continual ». Donc, j'inventais et je répétais mon affirmation.

« Je vis dans l'abondance et la prospérité ; l'argent vient à moi facilement. »

Je répétais donc ces trois affirmations sans arrêt, et récemment, je me promenais comme tous les jours sur le bord de l'océan. Pendant que je faisais ma petite marche, je me sentais tellement bien que c'était plutôt un état de gratitude que j'avais. Je me suis dit : « Ah ! Quel bonheur maintenant que je me promène comme

ça, mais pieds dans l'eau. » Et je me suis aperçue que c'était une affirmation que je répétait sans arrêt. Mais c'est devenu ma réalité, une affirmation qui correspond vraiment à la réalité. Elle n'était qu'une affirmation lorsque j'étais les pieds dans la neige à Montréal mais une réalité aujourd'hui ! Et là je me dis : « Waouh c'est fantastique ! C'est maintenant vrai que je me promène pieds dans l'eau, en me relaxant ! ». Je continue à me promener. Je me dis « Ah ! Je suis vraiment contente ! Ce gars est fantastique ! Il m'aime tellement. La relation est belle. On est heureux tous les jours. » Là, je me suis aperçue que cette affirmation que je n'arrêtai pas de répéter est devenue réelle. Que je suis heureuse ! ».

La troisième affirmation « Je vis dans l'abondance et la prospérité ; l'argent vient à moi facilement ». Evidemment, c'était le cas. Je me disais « C'est fabuleux comment ces trois affirmations que je répétait sans cesse font partie maintenant de mon quotidien. Je les englobe dans ma vie, dans ma réalité. »

Alors, je vous conseille vraiment de vous créer une affirmation que vous pouvez retenir, qui vient à votre esprit naturellement et facilement, et de la répéter autant de fois que vous le pouvez, avec le sourire et la joie au cœur, non pas avec le manque et l'aigreur etc. ; mais vraiment en vous sentant bien, en vous disant « Ah, mais je suis vraiment content maintenant que j'ai atteint mon but, et que j'ai réalisé ma volonté. »

Je vous souhaite vraiment d'utiliser les affirmations. Ça a vraiment marché pour moi.

Jouez le rôle de ce que vous voulez atteindre avant de l'atteindre. Jouez un rôle est une des lois du succès : faire semblant, faire comme si... !

Moi, à un moment donné, je voulais absolument être sur un bateau. Je voulais absolument faire de la voile. J'en ai fait beaucoup. Mais avant ça, quand je pensais qu'il n'y avait aucune option pour moi de le faire, je ne pensais pas du tout que c'était dans mon proche avenir. Je m'étais acheté beaucoup de vêtements pour faire de la voile. Tous les vêtements que je portais étaient des vêtements de personnes qui font de la voile (les chaussures spéciales pour les petits bateaux... tout ce qui faisait bateau). Heureusement que c'était à la mode à l'époque, mais je m'habillais tous les jours comme si j'allais partir sur un voilier incessamment. Ma famille riait en se disant que j'avais perdu la raison ☺ D'un autre côté, quelques mois plus tard, je me suis retrouvée sur un voilier. Donc, j'ai attiré ces circonstances parce que **je n'arrêtai pas de me baigner dans cette atmosphère.**

Je vous donne un conseil : si vous désirez l'abondance, allez vous promener dans les magasins très luxueux et faites des achats imaginaires. Promenez vous dans les grandes galeries et faites des achats imaginaires. Dites-vous : voilà, je viens de m'acheter ça ; Oh, ce n'est pas cher, c'est facile à acheter. Ah ! Regarde cette robe, elle

est belle ! Vous pouvez faire ça à deux, à trois. Promenez-vous. Faites semblant, jouez des rôles. Ça marche parce que **si vous arrivez à impressionner votre subconscient, votre réalité changera. C'est garanti.**

Les gens qui ont le plus de succès le disent. Tous les gens qui ont réussi le disent. C'est prouvé : l'imagination est plus forte que la raison. Si vous n'arrivez pas à imaginer votre succès, il y a de fortes chances que vous n'arriviez pas à vous rendre à votre succès.

Imaginez un maximum !

Si vous voulez de l'amour, promenez-vous dans des endroits romantiques. Promenez-vous dans des restaurants où il y a beaucoup de couples. Asseyez-vous. Imaginez que vous êtes en couple, que vous sortez en couple dans les restaurants. Promenez-vous dans des endroits qui sont romantiques, où il y a des couples. Essayez de vous tenir moins dans les soirées de célibataires. Parce qu'évidemment, c'est sûr que vous aurez la possibilité de rencontrer quelqu'un de célibataire. Mais d'un autre côté, vous imprégnez cette attitude de rester célibataires.

Ne soyez pas à la recherche de quelqu'un, parce que vous risqueriez d'être toujours à la recherche de quelqu'un ; mais vivez bien dans votre être en sachant que l'être aimé va venir.

Pareil si vous avez des problèmes de santé. Ne regardez pas tous les sites internet qui concernent les maladies et les problèmes de santé. Regardez les solutions que vous pouvez apporter pour améliorer votre santé, tenez-vous et promenez-vous avec des gens qui sont en santé.

Je regarde les gens qui sont un peu plus âgés, qui se tiennent ensemble et n'arrêtent pas de parler que de maladies.

Essayez de vous tenir avec des gens qui parlent « santé », qui ne parlent pas de maladie. C'est important. Il y aura toujours des gens qui se plaignent. **Tenez-vous éloigné des gens qui se plaignent.** Vous n'avez pas besoin d'être avec ces gens. C'est une loi du succès : jouer des rôles. C'est très important.

Loi du succès N°8 : Vivre dans le moment présent

La dernière est celle où j'ai eu beaucoup de difficultés. Mais elle est très importante. La plus importante, est celle de vivre dans le moment présent, d'arrêter complètement de se préoccuper de ce qui va venir. Parfois c'est difficile, et j'en sais quelque chose, de ne pas se préoccuper du manque d'argent ; parce qu'on se dit : «C'est ma réalité, je manque d'argent en ce moment. Je le sais. Je vois que je manque d'agent, où que je manque d'amour. Je n'ai pas de relation. Je le vois en ce moment » Mais la réalité peut changer à

chaque microseconde.

Pensez à un athlète qui fait de la natation aux jeux olympiques. Ce qui différencie un médaillé d'or d'un médaillé d'argent, c'est la microseconde qui les sépare. Donc, il peut se passer une multitude de choses en une microseconde.

Arrêtez de projeter votre réalité présente dans le futur en vous disant que c'est parce que c'est une réalité aujourd'hui, que ça continuera à être demain .N'ayez pas cette peur, parce que tout peut arriver, et va aller dans le mensonge.

Maintenez-vous dans cet esprit positif, l'esprit optimiste de savoir que les bonnes choses vous arrivent, que vous attirez le meilleur, que le meilleur va venir.

Dans ce sens-là, **changez votre façon de respirer**. Changez votre façon d'être pour pouvoir vraiment vous attirer le meilleur. Vous devez avoir ce sentiment d'être dans le moment présent. C'est très important. Le moment présent veut dire vraiment vaquer à ses occupations, faire de son quotidien ce qu'il faut faire au quotidien sans trop se préoccuper de l'avenir en se basant sur ce qu'on voit dans le présent.

Tout peut changer du jour au lendemain.

C'était très difficile pour moi, parce que je me disais : « Mais comment je vais faire ? Je vois bien qu'à cette

heure-ci, je ne peux pas payer mes factures par exemple. » Il faut croire qu'il va se passer quelque chose. Il faut croire en cet univers, se dire que tout peut changer, et avoir cet espoir.

Je vous conseille de vivre dans le moment présent.

Essayez le moins possible de vous-préoccuper de vos problèmes. Ne leur donnez pas plus de pouvoir qu'ils en ont. **Les problèmes ne sont que des petits obstacles par lesquels vous devez passer, qui doivent vous apprendre à grandir.** C'est tout simplement un apprentissage de grandir. Ne leur donnez pas trop de pouvoir en vous préoccupant. Il faut remettre les problèmes à leur niveau. Il faut remettre les choses à leurs places. Les problèmes ne sont pas plus grands tant que vous ne leur donnez pas cette importance et cette grandeur.

Mettez plutôt toute cette énergie de préoccupation à la recherche des solutions. Vous aurez beaucoup plus de chance de réussir comme ça que de vous préoccuper des problèmes. Arrêtez de regarder le problème, mettez-le sur papier. Soyez-en conscient : Il me manque tant d'argent pour finir mon mois. Comment je vais faire ? Et là regardez toutes les options et les solutions possibles. Vous allez en trouver.

Pareil pour l'amour et la santé.

Je vous conseille d'aller sur le site attractitude.com et

de télécharger le cours complet sur la loi de l'attraction.

<http://attractitude.com/tous-les-programmes-attractitude/>

Ici, je ne fais que vous donner des bribes.

Le cours complet dure jusqu'à 12 heures (dépendamment du cours). Je vous donne énormément d'informations. Plus que de l'information, je vous dis pas à pas, jour par jour, ce que vous devez faire pour vous rendre en destination.

Je fais en sorte que chaque jour, je vous donne des éléments pour que vous réussissiez à utiliser la loi de l'attraction dans votre quotidien, à incorporer les enseignements dans votre quotidien pour vous rendre à destination plus rapidement, avec plus de succès, pour que vous trouviez une nouvelle destination ; ou alors que vous viviez dans le bonheur éternel, dans l'abondance et la prospérité car c'est ce que je souhaite à tout le monde.

J'espère que vous avez beaucoup appris. Je vous le souhaite grandement.

J'apprécie vos questions et commentaires comme toujours, comme ça je peux y répondre dans des vidéos sur youtube. Vous pouvez aussi aller sur youtube et voir ma chaîne « Slavica inc » pour avoir plus de vidéos et

plus d'informations.

Si vous téléchargez le cours complet, je vous garantis que vous allez avoir des résultats. C'est impossible de ne pas en avoir. Vous allez avoir des résultats positifs.

Loi du succès N°9 : L'intuition.

Je vous conseille de débloquer votre intuition, d'écouter votre ventre. Sachez que dans le centre de notre estomac, il y a beaucoup plus de capteurs sensoriels qui peuvent nous aider à prendre les bonnes décisions, beaucoup plus qu'au niveau du cerveau car souvent le raisonnement perturbe notre droit chemin. En fait quand nous sommes en corrélation, que nous faisons « un » avec l'univers, nous allons dans la bonne direction qui est positive et nous attirons tout le meilleur. Souvent, notre pensée, nos réflexions nous nous amener hors de notre chemin, hors de notre bien-être parce que cela va être des doutes qui proviennent d'un conditionnement, de l'enfance ou de l'égo qui va nous remettre en question, nous bloquer, qui va nous faire hésiter, questionner, nous faire douter des possibilités, de croire, d'avoir de l'espoir, toutes ces belles choses. Lorsque vous écoutez votre intuition, elle sait le droit chemin, elle peut vous guider et quand ça sonne bien, ça résonne bien au niveau de votre ventre, vous pouvez être certains que c'est la bonne direction, que c'est le bon choix.

Alors je vous conseille de le faire, de toujours suivre la

voie de votre ventre.

Alors comment développer votre intuition ?

Je vous conseille de l'écouter, **d'être dans le silence**, car **la méditation** est une bonne façon de remettre les pendules à l'heure, de se remettre à zéro et de vraiment être capable de se concentrer sur les vraies valeurs qui comptent vraiment dans notre vie.

Faire des longues marches dans la forêt, de vous débarrasser de vos pensées négatives et bloquantes. Il y a des pratiques que vous pouvez utiliser pour **évacuer vos pensées négatives**, j'en parle beaucoup dans le cours la loi d'attraction. Une fois que vous vous débarrassez de ces blocages, que vous **apprenez à respirer correctement**, chose que j'apprends encore une fois dans le cours la loi d'attraction, j'apprends aux gens comment respirer pour débloquer les émotions qui nous bloquent, pour être plus à même d'avoir de meilleures émotions qui vont nous attirer le meilleur.

En contrôlant votre respiration et vos pensées, vous allez être plus capable de méditer et d'être dans le silence et à ce moment-là vous allez être plus capables de vous connecter à la source d'énergie plus haute que nous, ce qui est un peu plus fort que notre simple être, et à recevoir de l'inspiration et des idées créatrices.

Vous allez savoir que ce sont les bonnes tout

simplement parce que votre ventre va vibrer, vous allez avoir l'intuition que c'est la bonne chose. Ça vient comme une évidence, ça vient comme si vous disiez «ah ben oui, c'est exactement ça qu'il faut que je fasse ! ».

Alors je vous conseille de suivre votre intuition, cela va beaucoup vous aider.

Moi ça m'a vraiment aidé. A chaque fois que j'ai écouté ma voix, ma pensée, et que je me suis détaché de mon ressenti et de mon intuition, j'ai souvent fait erreur, j'ai souvent été dans la mauvaise direction. Quand je me tiens à mon intuition, à ce qui semble être correct, les gens que je connais maintenant, je leur dis tout simplement « it feels good! » ça sent bien, tout va bien, je n'ai pas besoin de m'inquiéter.

Mais quand j'ai quelque chose dans le ventre, que j'ai mal au ventre, je me dis « ah ah », il y a un problème... Il faut savoir ce qui cloche, il faut régler ça. Je vous conseille donc vraiment de développer votre intuition.

Loi du succès N°10 : La patience

Une autre leçon que j'ai apprise et qui a été très difficile pour moi, je pensais ne jamais y arriver mais c'est un conseil que je vous donne : c'est d'être patient.

Je suis au départ, une personne très impatiente, j'aime le succès rapide, j'aime arriver à mes fins rapidement et je me suis rendue compte que plus je souhaitais la

rapidité, soit je me cassais la figure donc ça prenait beaucoup plus de temps pour y arriver, soit j'empruntais le mauvais chemin et je ne faisais pas « un » avec l'univers, je me déconnectais de ma source, je ne ressentais pas de bonheur au quotidien, tout ce que je faisais, c'est d'être impatiente à la recherche de mon but donc je ne profitais pas du moment présent.

Et je vais vous dire, la vie passe rapidement quand vous courez après un but. Vous allez courir après ce but, puis courir après un autre but et pendant que vous courez, vous ne courez pas dans le moment présent et à un moment donné, vous arrivez à ce but qu'il soit important ou pas, souvent le but une fois atteint perd de sa valeur et de son importance par ce qu'on l'a atteint, c'est fini le trophée est remporté on passe à autre chose.

Je me suis aperçue que dans cette course pour atteindre ce but, la vie passe et on n'en profite pas. Quand on arrive à son but on regarde derrière soi et on se dit "Mince, j'aurais pu vivre pendant ce temps-là aussi. Je n'avais pas à courir pleine d'impatience on peut vivre pendant ce temps-là et c'est ça la vie ! "

La vie, c'est de se rendre à son but. C'est ça la vrai vie, donc profitez de ce cheminement, de ce chemin.

Et plus j'ai bien respiré, plus j'ai été patiente... – **La patience c'est comme de montrer à l'univers qu'on lui**

fait confiance, qu'on sait que tout va arriver à point, donc on est capable d'attendre – on se permet de vivre le bonheur au quotidien. Et le plus drôle, c'est qu'en vivant ce bonheur au quotidien, on s'attire ce que l'on cherche beaucoup plus rapidement que lorsqu'on court après. C'est assez intéressant parce que plus on ralentit, plus on y arrive rapidement. Plus on court, plus les choses s'éloignent rapidement. C'est un peu un cercle vicieux mais c'est vraiment comme ça que ça fonctionne.

Savoir que tout va arriver à point, vous le répéter sans cesse, il y a une raison pour laquelle les choses prennent leur temps pour arriver, il y a des choses que je dois apprendre pour être prêt pour le succès.

Que dois-je apprendre maintenant pour être prêt pour le succès ?

Employez ce temps présent pour préparer, planifiez, pour profiter de la vie.

Profitez de vos proches, de votre famille, profitez de toutes les secondes que vous avez car elles passent en attendant d'atteindre votre but. Et en utilisant les règles de la loi d'attraction, vous allez vous attirer le meilleur de toute façon. Vous allez atteindre votre but d'une manière ou d'une autre.

Alors, prenez votre temps. Mais en même temps agissez rapidement. Je sais que ça paraît contradictoire mais

soyez patient sans être paresseux. Soyez patient avec les événements, mais agissez rapidement. Quand vous avez une idée créatrice, une intuition, quand une opportunité se pointe, attrapez-là tout de suite ; ne la laissez pas passer.

Ce n'est pas parce que vous vous êtes patient que vous êtes fainéant.

La patience est de se dire : « Les choses arriveront en temps et lieu ; je n'ai pas besoin de m'inquiéter ».

Mais la fainéantise est de se dire : « je vais rester assis dans mon canapé puis ça va m'arriver de mâcher sur un plat d'argent devant moi ». Ça ne se passe pas comme ça. **Il faut agir pour que la loi de l'attraction réagisse et nous amène le meilleur.** Mais il ne faut pas courir après les choses.

C'est un peu comme les gens qui cherchent l'amour, qui courent après quelqu'un. C'est souvent cette personne qui s'éloigne, parce qu'elle se dit : « Oh mon dieu ! Cette personne doit être désespérée pour me courir après ! Je ne peux pas être avec quelqu'un de désespéré ! » ☺

L'univers, c'est pareil. Il ne faut pas être désespéré de l'obtention de son but. Il faut se sentir bien au quotidien ; le but nous arrive naturellement de toute manière. Donc, c'est vraiment important de comprendre ça. La patience est une vertu importante.

Loi du succès N°11 : La gratitude

. Ayez de la gratitude ! Ayez de la gratitude ! Comment faire ? Remerciez tout ce que vous avez. Chacun de nous a au moins dix choses pour lesquelles il peut ressentir de la gratitude.

La gratitude, c'est tellement de choses : La santé, les yeux, les oreilles, la bouche, le nez, les cheveux (si vous en avez, ou si vous n'en avez pas). D'avoir un toit, un ordinateur sur lequel vous pouvez m'observer, des oreilles pour m'entendre, des yeux pour me voir, pour voir la beauté de l'univers qui vous entoure. Regardez cette beauté, appréciez la beauté de cette planète, des gens qui vous entourent.

Remplissez-vous d'appréciation pour les gens qui vous entourent. Même si c'est pour des petites choses, mais appréciez-les. Plus vous allez apprécier les gens pour ce qu'ils font pour vous, plus ils vont vouloir faire des choses pour vous. C'est comme un cercle infini de bonté. Profitez de cette bonté. Appréciez-là. Ayez de la gratitude pour tout.

Commencez votre journée en vous-réveillant dans la gratitude.

Avant même que je pose mes pieds hors de mon lit, j'exprime ma gratitude : la gratitude de m'être réveillée, que l'univers m'offre un jour de plus pour profiter de cette vie, profiter de la plage, profiter du soleil, profiter

des sports que j'adore, profiter de la peinture, profiter de la lecture, profiter des amis.

L'univers m'offre une journée de plus pour m'offrir d'autres miracles, pour me surprendre encore avec des choses à apprendre. Parfois, des problèmes, des choses à apprendre, des opportunités à évaluer, des circonstances surprenantes : tout ce que la vie peut m'apporter.

Je me réveille avec cette gratitude.

Le soir, je m'endors avec la même gratitude parce que j'ai vécu plein de choses plaisantes, j'ai pu voir la beauté de l'univers, j'ai pu entendre les chants des oiseaux, les vagues ; je peux sentir le vent dans mon visage. J'ai pu avoir un toit au dessus de ma tête, un lit confortable dans lequel je dors, **manger tout ce que je souhaite, avoir de l'argent sans avoir à m'en inquiéter.**

Mais appréciez toutes les petites choses, jusqu'à la moindre petite chose que vous pouvez. Vous allez voir : Plus vous allez apprécier, plus vous allez vous attirer des choses à apprécier. C'est un cercle infini.

D'ailleurs, l'autre jour, je suis partie à la plage. J'ai pris une journée de congé car je voulais faire un exercice que je vous conseille d'essayer. Je n'ai pas réussi d'ailleurs. Je voulais faire la liste des 500 choses pour lesquelles j'avais de la gratitude. Je voulais exprimer ma gratitude. Il y en a plus de 500 : des milliers. Le nombre

n'était pas la limite. Mais ce qui m'a limitée était ma force physique. Je ne pouvais plus écrire. Je me suis rendue à 130. Et à 130, mes mains commençaient à me faire mal. Donc, je me suis arrêtée d'écrire.

Je vous conseille d'essayer. Vous allez voir qu'il y a tellement de choses pour lesquelles nous pouvons avoir de la gratitude.

Alors, s'il vous manque quelque chose dans la vie, **ne mettez pas autant d'énergie sur ce qui vous manque et à toujours chercher ce qu'il vous manque**. Mais **regardez tout le reste, tout ce qu'il ne vous manque pas**. Il y en a des tonnes de choses qui ne vous manquent pas.

Souvent, il y a une chose qui nous manque ; et nous mettons tout notre focus là-dessus comme si c'était la chose la plus importante dans la vie.

Il nous manque de l'argent. Mais maintenant, l'argent est devenu la chose la plus importante dans la vie. On n'oublie qu'on a la santé, l'amour, les amis, la famille, tous nos membres, notre tête etc. Quand on a l'argent et qu'on n'a pas la santé, c'est la santé qui devient l'ultime recharge de notre existence.

Si on n'a pas l'amour, c'est l'amour ! On s'en fiche du reste parce que si on avait un amoureux, ce serait magnifique. Arrêtez de regarder ce qui vous manque dans la vie, mais concentrez-vous vraiment sur ce que

vous avez, toutes les choses que vous aimez. Ça va énormément vous aider, parce que ça m'a vraiment aidé à ne pas déprimer et à toujours être de bonne humeur. A chaque fois que je vois tout ce que j'ai, ça me remplit de bonheur, d'amour pour l'univers, pour moi, pour les gens qui m'entourent. Ça me rend optimiste et je me dis que ça va aller de mieux en mieux. C'est magique ! La gratitude est magique !

Loi du succès N°12 : Le pardon

Ensuite, le dernier point est un point qui était très difficile pour moi et pour les gens que je coache. C'est le point du pardon.

Je vous conseille donc d'apprendre à pardonner.

Ça ne sert à rien de garder des sentiments négatifs. **Ça ne sert à rien d'avoir du ressentiment. C'est un poison qui vous mange.** Ça n'atteindra jamais les gens pour lesquels vous avez de l'amertume, du ressentiment, ou de la haine... Donc, apprenez à pardonner.

Dans des cours sur la loi de l'attraction, j'ai un cours spécifique sur le pardon. Je donne plusieurs exercices pour vous aider à pardonner. C'est vraiment un conseil que je vous donne : **apprenez à pardonner !** C'est important parce que **ça va vous permettre de vous libérer**, de ne plus avoir ce poids sur les épaules à trainer.

En tout premier lieu, **apprenez à vous-pardonner.**

Nous faisons tous des erreurs. Nous tombons tous. Nous faisons tous du mal à autrui, consciemment ou inconsciemment. Nous faisons tous des gaffes. **Personne n'est parfait.** Apprenez à vous-pardonner.

Nous sommes tous sur cette planète pour apprendre. **Souvent, apprendre veut dire se tromper.** Pardonnez-vous ces erreurs. Comprenez qu'au moment où vous avez fait ces erreurs, vous agissiez du mieux de vos connaissances et capacités, au maximum de vous-mêmes. Vous n'avez pas fait exprès de vous faire du mal. Donc apprenez à vous-pardonner, car la culpabilité tue vraiment votre amour-propre et réduit vos chances de vous-attirer le meilleur.

Moins vous vous sentez méritant, plus vous vous sentez coupable, moins vous avez la volonté de vous-faire du bien car vous vous dites « Ah ! Quelle personne horrible je suis ! Je ne mérite pas tout ce bien que l'univers m'offre ! » Mais vous le méritez !

Donc, apprenez à vous-pardonner. **C'est vraiment une clé très importante de la loi de l'attraction. C'est une clé fondamentale du succès.**

Vous allez tellement vous libérer.

Il y a des gens qui passent leurs journées à penser à tous les gens qui leur ont fait du mal. C'est tellement

une perte de temps. A la place, vous pouvez penser à toutes les choses que vous avez envie de faire, à visualiser, à imaginer, à rêver ; et c'est possible de pardonner. Apprenez vraiment à laisser faire, à laisser aller, à dire : « **Et alors ? Et s'il m'a fait du mal ? Moi aussi j'ai fait du mal à autrui ! Et alors ?** Ma vie aujourd'hui est plus importante que de trainer ça sur mes épaules».

Plus vous vous rappelez qu'il vous a fait du mal, plus c'est vous qui continuez à vous-faire souffrir pour rien. Donc arrêtez, je vous en supplie, de vous torturer en vous ressassant les douleurs passées. Laissez-les partir.

Ça ne veut pas dire de les accepter, mais ça veut juste dire de laisser le don du pardon.

Laissez partir toutes les choses qui ne vont pas dans votre vie et concentrez-vous sur les choses positives qui vont bien dans votre vie ; et vous allez en avoir de plus en plus grâce à la loi de l'attraction.

Sur ce, j'espère que vous avez vraiment apprécié ces informations. J'espère qu'elles vous ont amené beaucoup de connaissances et beaucoup d'informations. Je le souhaite vraiment de tout mon cœur. C'est ce que je veux.

Je veux vraiment que les gens aillent mieux, qu'ils atteignent la prospérité, l'abondance. Je le souhaite de tout mon cœur.

CONCLUSION

J'espère que cela vous a aidé.

Si vous avez des questions, écrivez-moi. Je vais toujours répondre aux questions. J'y réponds tout le temps par des vidéos sur youtube. Il suffit d'aller sur ma chaîne youtube « Slavica inc », et voir mes vidéos. Je réponds aux questions par vidéo. Sur ce, je vous souhaite le meilleur.

Une fois de plus, allez sur « attractitude », procurez-vous le cours complet. Ça vaut la peine. L'investissement est minime, mais vous allez pouvoir vraiment voir des beaux changements positifs dans votre vie ; être comme moi un jour et dire aux autres comment faire. Je l'espère en tout cas. Inspirez les autres qui vous entourent. Ils vont dire : « Mais quelque chose a changé en toi ! Qu'est ce qui se passe ? Comment ça se fait que tu t'es transformé ? Maintenant

tu as bien de la chance ; avant tu n'avais pas de chance !
Qu'est ce qu'il t'arrive ? »

Un jour vous allez pouvoir vous aussi dire aux autres : « J'ai tout ce que je veux ». Tout ce qu'on veut ; ça n'arrive jamais parce qu'on veut toujours plus. Un jour, vous allez pouvoir dire aux autres : « J'ai réussi ! » J'espère que vous-vous appellerez de moi à ce moment. Vous m'enverrez une petite pensée positive comme je vous en envoie tout le temps même si je ne vous connais pas ; parce que j'envoie des ondes positives à tout le monde, j'envoie de l'énergie positive pour que la terre aille de mieux en mieux.

Je vous aime vraiment, même si je vous ne connais pas. Je vous souhaite vraiment le meilleur même si je ne vous connais pas ; parce que nous sommes tous un finallement.

Le bien que vous ferez à autrui vous reviendra.

Soyez généreux de votre cœur, avec votre cœur. Donnez de l'amour. Donnez-vous de l'amour d'abord, et attirez-vous le meilleur en tout.

A PROPOS DE L'AUTEUR

Coach de vie, formatrice et auteur de plus de 15 livres en développement personnel, Slavica Bogdanov est conseillère experte en succès personnel et professionnel. Autodidacte, entrepreneur spirituelle, elle a su se démarquer rapidement grâce aux Médias sociaux.

Ses champs d'expertises sont : l'utilisation de la Loi de l'attraction, les stratégies et conceptions de paliers de succès, la gestion de temps professionnelle et personnelle et l'augmentation de l'estime de soi.

<http://attractitude.com/>