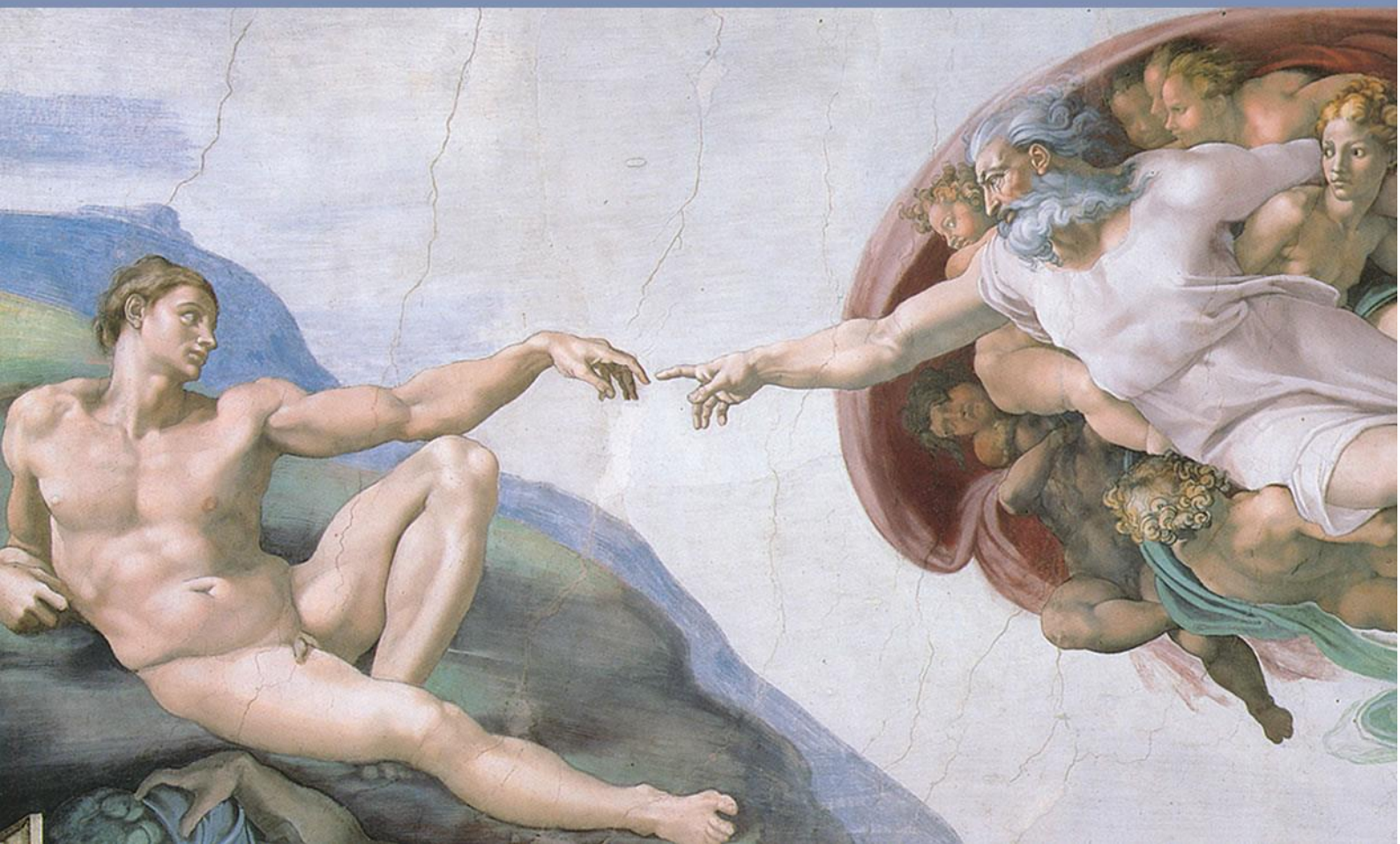
Helmut J. Ament

Le secret universel du succès

Un self-made millionnaire révèle un secret, qui va vous permettre d'avoir beaucoup plus de succès dans tous les domaines



Helmut Ament

Le secret universel du succès

Un self-made millionnaire révèle un secret, qui va vous permettre d'avoir beaucoup plus de succès dans tous les domaines

Helmut Ament
Le secret universel du succès

Copyright © 2017 Helmut J. Ament Neuchâtel
www.helmut-ament.de

Tous droits réservés, y compris le tirage d'extraits ainsi que toute autre reproduction.

3ème édition, 2010

Maison d'édition:
VIP Coaching Club AG, Suisse

Auteur:
Helmut Ament

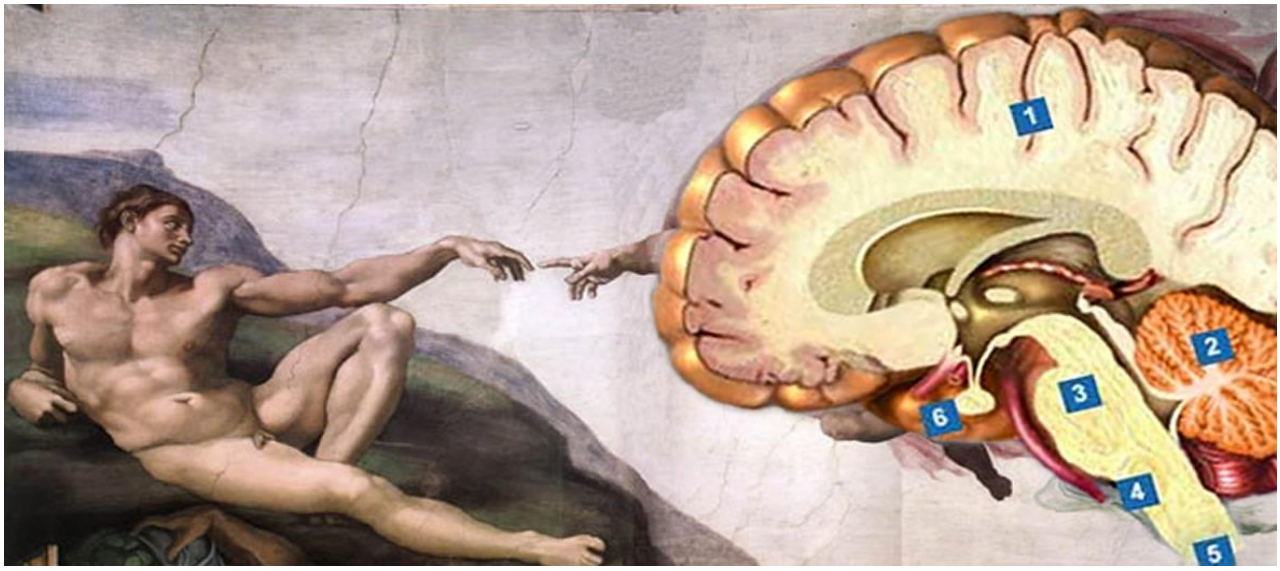
Imprimé en Allemagne
ISBN 978-2-8399-0202-1

Légende de l’image

„La création Adams“ de Michelangelo sur le mur de la chapelle Sixtine.

Dieu a créé Adam afin qu'il subjugue la terre. Le message caché de Michelangelo : Il a peint Dieu avec ses anges exactement sous la forme d'un cerveau.

Le cerveau est identique au pouvoir créateur divin ?
Créons-nous notre propre monde à travers notre pensée?



Remerciements

Je remercie particulièrement le Dr. Joseph Murphy qui m’a conduit lorsque j'avais 19 ans, sur les traces du secret universel du succès, avec son livre «la puissance de votre subconscient» et Napoleon Hill avec son livre «réfléchissez et devenez riche». Durant 20 ans Napoleon Hill a interviewer les 504 personnes les plus couronnées de succès d’Amérique et a développé une méthode, qui mène de façon sûre les personnes "normales" vers le succès.

En mettant sur papier le secret universel du succès de façon brève et concise, je veux donner la possibilité au plus grand nombre de personnes de profiter de sagesses millénaires. En plus du récit de mon expérience personnelle, j'ai écrit un chapitre avec de nombreux exercices pratiques, qui se sont avérés des plus efficaces pendant toute ma carrière.

Ce livre est ma façon de dire „merci“ aux milliers de personnes que j’ai rencontrées et qui m'ont aidé pendant toute ma vie; à tous ceux par qui j’ai pu apprendre et qui par leur amitié, m’ont toujours donné de nouvelles forces. Un grand merci également à ma famille, qui en plus de son amour, me procure un foyer chaleureux.

Avec ce livre, j’aimerais transmettre le secret universel du succès à nos enfants en particulier, car ils sont notre avenir.

Puisse le secret universel du succès vous aider à entièrement réaliser tous vos désirs, rêves et aspirations.

TABLE DES MATIERES

Préface.....7

PROLOGUE : A la recherche du secret universel du succès..... 11

Chapitre 1 : THEORIE

Le secret universel du succès..... 23

Comment fonctionne le secret universel du succès ?
La vérité sur la perception 29
La puissance de votre subconscient..... 40
Le carré magique de la loi fondamentale de l'univers..... 43

Le « turbo » de la réussite : l'autosuggestion !

Le pouvoir de la suggestion..... 46
Les lois de la suggestion..... 49
L'esprit subconscient pense en images 49
La foi est plus forte que la volonté 50
Un effort provoque souvent le contraire notre intention 51
Le succès ne dure que possible 54
En toute simplicité, c'est le succès 56
Vos réponses subconscientes sous forme d'intuition 56
L'esprit subconscient peut être entre l'imagination et ne distinguent pas la réalité 58
Choisissez la formulation positive 58
Faites attention à l'objectif éthique 60
Le pouvoir de la répétition 61

CHAPITRE 2 : PRATIQUE

Exercice 1: Ma liste personnelle de souhaits (collection d'idées)..... 66
Exercice 2: Mes six souhaits les plus importants 74
Exercice 3: Les affiches de vœux 78
Exercice 4: Agenda 80
Exercice 5: Créer un livre audio de motivation 83
Exercice 6: Méditation d'une minute 85
Exercice 7: Demande de formation de réalisation 87
Exercice 8: Restez mentalement et physiquement en santé..... 88

EPILOGUE - Vous êtes déjà né le gagnant 97

Réflexions finales et Suggestions 99

Un bon conseil à la fin 105

PRÉFACE

Ce livre n’est pas une œuvre scientifique. J’ai toujours eu l’esprit pratique. Et j’ai toujours d'abord recherché les raisons, qui font changer les choses positivement et qui conduisent rapidement à des résultats. Je ne peux actuellement et malheureusement pas vous prouver scientifiquement, que le secret universel du succès fonctionne vraiment. Je souhaiterais cependant, que ce livre pousse un jour un scientifique à le faire.

Il est cependant certain que des physiciens expliqueront un jour le fonctionnement du secret universel du succès. Au cours des dernières décennies, bien des choses ont fortement évolué dans ce domaine. Mais je reviendrai là-dessus dans un prochain chapitre.

Il est particulièrement intéressant de constater que le secret universel du succès est si simple, qu'au début je ne parvenais pas moi-même à y croire. Je n’ai été convaincu qu’après avoir obtenu un très grand nombre de résultats positifs. J'espère que vous aurez le courage de faire un essai. Vous serez étonné de constater à quel point il est facile d’avoir plus de succès dans tous les domaines!

Le secret universel du succès n’est pas une arme „miracle“, avec laquelle vous pourrez immédiatement atteindre vos objectifs et vos rêves. Comme moi, vous allez devoir monter les marches les unes après les autres, pour connaître de temps en temps des succès et parfois aussi subir des défaites, mais vous resterez toujours sur le chemin de vos objectifs et de vos rêves.

Sans le secret universel du succès, vous continuerez de vous tuer à la tâche sans pour autant avoir plus de succès.

Cela vaut donc la peine d'essayer !
Quelle que soit la situation dans laquelle vous êtes aujourd'hui, que vous soyez déjà riche et connu et que vous aimeriez faire encore mieux, ou que vous ne soyez qu'au tout début de votre carrière et que vous aimeriez très rapidement avoir votre bureau «à l'étage de direction», le secret universel du succès vous aidera comme vous n'auriez jamais pu l'imaginer auparavant.

Que nous nous comprenions bien : quand je parle de succès, je ne parle pas uniquement d'argent. Pour moi, fils d'ouvrier, ceci a toujours été un facteur important. Mais le succès n'est rien d'autre que la réalisation d'un objectif ou d'un rêve bien défini. Que vous ayez des objectifs personnels, sociaux ou financiers, le secret universel du succès vous aidera à les atteindre plus rapidement.
D'après ma définition, le succès est la parfaite réalisation d'un objectif que l'on s'est fixé. Vous devez cependant vous-même choisir vos objectifs!

Le secret universel du succès

Vous avez certainement déjà lu différents livres sur le thème du secret universel du succès ou vous en avez entendu parler dans des séminaires. Mais normalement, très peu d'auteurs ou de formateurs osent clairement et simplement expliquer ce qu'est le secret universel du succès. Dans ce livre, je n'irai pas par quatre chemins et je vous ferai découvrir, en toute transparence, toutes les facettes du secret universel du succès.

C'est la raison pour laquelle ce livre n’est pas un simple „livre de lecture“, mais un livre de travail !
Pour que vous puissiez le plus rapidement possible utiliser le secret universel du succès, j’ai écrit un chapitre avec des exercices pratiques. Faites activement tous les exercices, et selon mon expérience, ce ne sera plus qu’une question de temps pour que les résultats positifs apparaissent.

Je serais très heureux de pouvoir vous guider sur le chemin du succès.

Essayez, vous serez surpris par les résultats.

« On ne peut rien enseigner à autrui. On ne peut que l'aider à le découvrir lui-même. »

Galileo Galilei

PROLOGUE

A la recherche du secret universel du succès

Je veux tout d'abord vous montrer comment j'ai découvert le secret universel du succès et les conséquences que cela a eu sur ma vie.

Ma situation financière était probablement bien pire que la vôtre, je suis le fils d'un ouvrier autrichien.
En Autriche il n'y avait à cette époque, pas assez de travail. Mon père ayant trouvé du travail en Allemagne, toute la famille l'a suivi.

Après l'école obligatoire, j'ai fait un apprentissage de commerce. Très tôt, j'ai compris que je n'atteindrais jamais mes objectifs si je restais employé et à l'âge de 19 ans je suis devenu gestionnaire indépendant de fortune. Mais après seulement quelques mois, on m'a proposé un poste de manager, que j'ai naturellement accepté.

Dans les mois et les années qui ont suivi, j'ai eu l'opportunité d'acquérir des connaissances commerciales sur le comportement humain, comme je n'en aurais probablement jamais eu nulle part ailleurs.

J'avais beaucoup de clients et de collègues. Et j'ai toujours été surpris de voir que les gens réagissaient différemment à une même allégation. J'ai donc recherché de quoi cela pouvait provenir et j'ai essayé de trouver des réponses à des questions telles que :

Pourquoi chaque être réagit-il différemment ?
Existe-t-il différents modèles de pensée et de comportement ?
Comment puis-je mieux comprendre les autres et moi-même ?

De là, il n'y avait plus qu'un pas pour que je me pose des questions tel que :

Qu'est donc un être humain ?
Qu'est-ce qui fait un être humain ?
Que veut dire „penser" ?
Pourquoi suis-je ici ?
Est-ce que chaque personne a dans sa vie une tâche précise ?
Est-ce qu'il existe quelque chose comme le destin ?

Et bien sûr aussi des questions essentielles, telles que :

Qu'est-ce que l'être humain est en réalité ?
D'où venons-nous ?
Où allons-nous ?

L'avantage dans mon activité de vendeur, c'est que j'ai toujours et tout de suite pu appliquer et tester les connaissances que j'avais acquises.

La vente a toujours été pour moi un terrain de jeu idéal, car j'ai toujours et tout de suite pu appliquer puis tester ce que j'avais appris. Les vendeurs ne sont pas confrontés à de la matière morte mais à des êtres humains. Et chaque être humain est différent et réagit différemment. Les êtres humains sont souvent les êtres les plus fous sur cette terre, mais aussi les êtres les plus attachants.

Souvent, les gens me disent : « Je ne pourrai jamais être un bon vendeur !» Est-ce que cela est vrai ? Quand nous étions enfants, n'avons-nous pas déjà été des « bons vendeurs », lorsque nous demandions à nos parents, une glace, un cadeau de Noël, plus d'argent de poche, etc …

Vous êtes un « bon vendeur» quand vous dites à la femme que vous aimez, que vous êtes l'homme de sa vie; vous êtes un «bon vendeur» quand vous dites au chef du personnel, que vous méritez un salaire plus élevé; vous êtes un «bon vendeur» quand vous dites à vos enfants, que de bonnes notes à l'école sont importantes pour réussir dans la vie, etc ...

Pendant toutes ces années, j’ai beaucoup appris sur la vente, sur les êtres humains et sur moi-même.

Cela fait des années que je n'ai plus de contacts directs avec les clients, j’ai des douzaines de collaborateurs qui font cela pour moi. Mon travail consiste à former et à motiver ces personnes, qui pour la plupart sont devenus de bons amis.

Un jour, j'ai trouvé un livre sur mon bureau, je ne sais toujours pas qui l'avait déposé, „la puissance de votre subconscient“ du Dr. Joseph Murphy. Après avoir commencé de lire sans grand enthousiasme, j'ai terminé la lecture du livre d'une traite et totalement enchanté et motivé.

Après avoir lu ce livre, j’ai tout de suite voulu appliquer ces connaissances dans ma vie quotidienne. Et effectivement, les premiers résultats sont relativement vite apparus.

Il n’y avait qu’un problème: cela ne fonctionnait qu'une fois sur deux. J'ai cru avoir compris l’idée de base de Murphy; mais je ne disposais pas d'exercices concrets. Mes propres expériences m'ont valu quelques succès, mais pas la réussite souhaitée.

Devenu curieux, j'ai poursuivi mes recherches. J'ai dévoré de nombreux livres sur le thème du succès, comme par exemple «Réfléchis et deviens riche» de Napoleon Hill. Comme entre-temps je gagnais très bien ma vie, j'ai pu me permettre de participer à des cours et à des séminaires concernant le succès. J’ai acquis des choses importantes et j'ai eu de plus en plus de succès.

Même si entre-temps je gagnais très bien ma vie, environ 5'000 Euro par mois, après déduction des impôts et autres obligations il ne restait pas grand-chose. Du moins pas assez au vu de mes objectifs. En continuant ainsi, je savais que je pourrais avoir une vie agréable, mais sans plus.

J'ai donc décidé de suivre un autre chemin. J'ai commencé de lire des autobiographies de personnages célèbres qui avaient très bien réussi. J'ai très vite pu déceler si le livre avait été écrit par la personne concernée ou par quelqu’un d’autre.

Même si dans le premier cas, le style d'écriture ou la grammaire ne répondaient pas aux exigences de mes professeurs de langues, cela me «touchait» davantage et je pouvais vraiment «ressentir» l'histoire du personnage et savoir s'il l'avait rédigé lui-même.

Puis, à un moment où je ne m'y attendais plus et que j'avais pratiquement déjà abandonné, un matin il y a eu comme une sorte de déclic. Il se peut que vous trouviez cela un peu exagéré, mais c'est exactement comme cela que cela s'est passé.

Je ne sais plus exactement quand et après combien de livres cela m'a frappé, quelquefois c'était clairement écrit, mais la plupart du temps, c'était écrit entre les lignes. J'ai décelé dans la plupart des livres et des autobiographies une sorte de «fil conducteur»!

Toutes les pièces éparpillées du puzzle s'étaient mises ensemble pour former une image. J'ai dû sourire. Je recherchais tout le temps des techniques compliquées. Mais en réalité le „secret" était et est tellement simple, que l'on ne peut pas tout de suite croire que c'est possible.

Dans les livres de Murphy et d'Hill, j'avais déjà lu le mot «secret». J'en avais pris note en souriant, comme si c'était un gag publicitaire ou une stratégie de vente. Pourtant dans la plupart des autobiographies de ces personnages célèbres, il y avait quelque chose qui n'avait rien à voir avec l'origine ou la fortune héritée de leurs parents, ni avec la réussite grâce à de bonnes relations, ni avec l'intelligence, ni avec une forte volonté.

Avec le „secret" on attire le succès comme avec un aimant, les conditions de départ n'ont absolument aucune importance.
Mais pour être honnête, c'est seulement après de longues recherches, de nombreux essais et avoir été impartial avec tout ce qui était nouveau, que j'ai compris le «secret». Si quelqu'un m'avait simplement dit le «secret» c'est ça, j'aurais souri à ses propos et dis de manière ironique «bien entendu».

Mais je me suis dit: pour quelle raison le «secret» a-t-il permis à autant de personnes d'avoir du succès et ne devrait-il pas également fonctionner pour moi?

Naturellement j'ai alors immédiatement voulu vérifier dans la pratique, ce qu'il y avait de vrai dans tout ça. Dans beaucoup de livres j'avais lu qu'il y avait un «subconscient». Cela me semblait plutôt «ésotérique», mais d'autre part aussi très raisonnable. Je me suis rendu compte, qu'en plus de la pensée logique, il pouvait encore y avoir une sorte de mémoire pour toutes les expériences, sensations, sentiments, émotions, etc ... Et si on éprouvait des sensations, il devait aussi exister quelque chose comme le «subconscient»?

J'avais aussi souvent lu, que l'on doit totalement se concentrer sur ses objectifs fixés, et créer autour de soi une sorte de champ énergétique. Je me suis dit, rien de plus simple que cela! J'avais assez de désirs et j'étais totalement motivé. Voyons alors, si cela a vraiment fonctionné ...

Par un simple test, j'ai voulu vérifier l'efficacité du «secret»: j'ai tout d'abord fixé quels étaient mes trois désirs personnels et financiers les plus importants. Ensuite je me suis acheté un agenda avec une page pour chaque jour. Chaque jour j'ai écrit mes six plus importants désirs. Comme cela mon subconscient devait savoir, à quel point mes désirs étaient sérieux. En plus, chaque soir avant de m'endormir, je relisais mes six plus importants désirs à haute voix pendant 15 minutes. Je me trouvais un peu drôle, mais je me suis dit «qu'au début il y avait le verbe ...», c'était déjà écrit dans la Bible …

J'ai également enregistré une cassette audio avec mes six plus importants désirs, plusieurs fois, jusqu'à ce que la cassette 60 minutes soit pleine. J'ai pris la cassette dans ma voiture où je l'écoutais en conduisant. Chaque jour, une heure de trajet jusqu'au travail et retour. Plutôt que d'écouter les mauvaises nouvelles à la radio, je préférais nettement écouter mes plus importants désirs et les graver en moi.

J'ai ensuite attendu. Qu'allait-il donc se passer? J'ai continué de faire cela pendant des semaines. Je me suis dit que mes plus importants désirs ne pourraient se réaliser que si j'accumulais suffisamment d'énergie.
Et avec le temps, j'ai effectivement remarqué que mes pensées tournaient de plus en plus autour des objectifs que je m'étais fixés. Au début il s'agissait d'objectifs, que j'avais de la peine à trouver réalistes, du moins à court terme. Mais au cours des semaines, bien des choses ont changé. J'avais de plus en plus le sentiment «et pourquoi pas après tout?». Je pouvais de plus en plus imaginer comment ce serait, lorsque j'aurais atteint mes objectifs. Une très agréable sensation!

~~A~~ l'époque, je trouvais ma façon de procéder quelque peu étrange, raison pour laquelle je n'en ai parlé à personne. Je me souviens encore d'un événement qui a encore davantage renforcé ma manière de procéder.

Un collaborateur et ami qui avait un problème avec sa voiture me demanda de lui prêter la mienne pour une courte durée, parce qu'il avait une course urgente à faire. J'ai naturellement accepté. ~~A~~ peine était-il parti, que je me suis souvenu d'avoir laissé la cassette avec mes désirs très personnels dans l'appareil audio ...! J'imaginais déjà les commentaires de mon ami …

Mais à ma grande surprise, il revint comme si rien ne s'était passé. Il me rendit les clés et me dit simplement: «Super idée ta cassette! Je vais aussi essayer!» J'ai bien sûr été très surpris de ne pas entendre de moqueries? Pas de commentaires stupides? Au contraire, il voulait essayer lui aussi?

Je dois encore ajouter que les désirs que j'avais enregistrés étaient vraiment très personnels. L'un d'eux faisait référence à une nouvelle amie, que j'avais décrite jusque dans les plus petits détails: blonde, coiffeuse de métier, etc ... Vous vous demandez peut-être pourquoi une coiffeuse? Eh bien parce qu'à cette époque, je donnais chaque semaine deux séminaires de formation pour des collaborateurs dans un hôtel, avec quelquefois jusqu'à 200 participants. Je me rendais au moins une fois par semaine chez le coiffeur. Alors, pourquoi ne pas lier l'utile à l'agréable? Oui, je voulais vraiment tout savoir… Est-ce que le "secret" fonctionnait aussi bien que je l'espérais?

Je n'arrive plus très bien à me souvenir comment tout cela s'est terminé. Même si, chaque jour, j'écrivais mes désirs et j'écoutais ma cassette audio et que j'étais beaucoup plus motivé que d'habitude, je ne pouvais cependant pas voir de résultats concrets. Avec le temps, j'ai lentement cessé d'écrire mes désirs dans mon agenda et d'écouter ma cassette audio. Je n'écoutais ma cassette que de temps en temps et j'écrivais mes désirs de plus en plus rarement dans mon agenda. Et finalement je n'ai plus rien fait.

Un jour, je ne sais plus si c'était six mois ou un an après, j'ai de nouveau écouté ma cassette audio et relu mes désirs dans mon agenda.

Et je pouvais à peine croire, tout ce qu'il y avait là-dedans! Plus de la moitié des désirs que je m'étais fixés à l'époque, était devenue réalité! Durant toute cette période d'inaction, je ne m'en étais tout simplement pas rendu compte!

(Vous vous demandez certainement si la coiffeuse blonde a été ma petite amie, la réponse est oui, ce désir s'est également "matérialisé", en fait, ce n'était pas une vraie blonde.
Mais je n'ai eu aucune raison de m'en plaindre…

Pendant cette période relativement courte de six à douze mois, les résultats de ce "test du secret" étaient bien au-dessus de mes désirs personnels et financiers. Mais j'avais toujours quelques doutes.

Tout cela n'était peut-être qu'un heureux hasard? Comment est-ce que je pouvais être certain que le "secret" produisait toujours des résultats positifs?

J'ai donc refait mon "test". J'ai uniquement remplacé les désirs qui étaient devenus réalité par de nouveaux désirs. Par ailleurs, j'ai testé d'autres techniques pour accélérer la réalisation de mes désirs, notamment des techniques de suggestion et de méditation.

Et en effet, le temps entre la formulation du "désir" et sa "réalisation" est devenue de plus en plus courte. Chaque succès a renforcé ma "croyance" dans le secret universel du succès et cela a eu pour effet que le temps entre formulation et réalisation a encore diminué. Cela est devenu si extrême que la réalisation d'un objectif est souvent survenue le même jour.

Je me souviens bien être arrivé à un point où j'ai eu peur. Si mes pensées pouvaient si rapidement se réaliser, que se passerait-il, si roulant de nuit à 200 km/heure sur une autoroute, je pensais tout d'un coup que le chauffeur d'un camion ne m'avait pas vu dans son rétroviseur et qu'il changeait subitement de voie, ou qu'un cerf traversait l'autoroute, etc…

De telles considérations m'ont fait revenir sur terre, mais plus tard j'ai aussi trouvé des solutions à cela. J'ai appris qu'on ne pouvait pas refouler des pensées négatives (elles seraient devenues encore plus fortes), mais qu'on a bien la liberté absolue de choisir ses pensées. Je vous expliquerai également cette technique dans un chapitre ultérieur.

Pour moi maintenant, le secret universel du succès fonctionnait beaucoup mieux que prévu. Alors je suis allé encore plus loin: est-ce que le secret universel du succès ne fonctionnait si bien que pour moi? Mais il devrait probablement aussi bien fonctionner pour TOUT le monde! Et dans mes activités professionnelles, est-ce que je pourrais aussi apprendre à mes collaborateurs qu'avec le secret universel du succès, ils pourraient obtenir de meilleurs résultats?

J'ai donc commencé à former mes collaborateurs. Je n'ai pas ouvertement parlé du "secret", parce que autrement l'un ou l'autre de mes collaborateurs m'aurait certainement regardé avec scepticisme. J'ai donc évité de parler du "secret", j'ai pris des exemples et je leur ai suggéré de faire leurs propres tests.

Et cela a de nouveau fonctionné !

Pas pour chaque employé et pas toujours immédiatement. Certains ont obtenu des résultats déjà après quelques semaines, pour d'autres cela a pris des mois voire même des années. Et il y en a eu quelques-uns pour qui rien n'a changé.

Et c’est surtout de ces personnes que je me suis particulièrement occupé. Il y a TOUJOURS eu des personnes qui n’ont pas cru aux résultats du "secret" et qui ne l’ont tout simplement pas utilisé.

Aujourd’hui on me dit encore souvent: "si c'était facile, tout le monde aurait du succès!". Et c’est justement parce que c’est si facile, qu’elles n’essaient même pas. Avec pour résultat que ces personnes ont beaucoup de peine dans ce monde "complexe". Eh bien oui, chacun est libre de choisir...

Au fil des ans, j'ai compris que le caractère d'une personne se développe très lentement. Le caractère d’une personne, qui a travaillé avec le secret universel du succès, a peu évolué – mais avec l'expérience, l’écart entre "désirer" et "recevoir" s’est réduit. En outre, beaucoup de personnes ont acquis une bien meilleure compréhension éthique – avec des changements majeurs dans leurs attitudes envers les autres.

Après toutes ces expériences, vous pouvez facilement imaginer, qu’à partir de ce moment, j’ai régulièrement utilisé pour ma vie future, ce que j’appelle aujourd’hui le "secret universel du succès". Au cours des 30 dernières années j’ai connu de nombreuses périodes fastes, mais aussi quelques périodes critiques. Lorsque je reviens sur cette période, je constate que j'ai souvent violé les "lois" du secret universel du succès.

Dans les moments difficiles les gens ont souvent tendance "... à prier Dieu ..." et puis quand tout va de nouveau mieux, ils se tapent sur l’épaule et se sentent très forts.
~~A~~ l’âge de 28 ans, une période faste a été suivie d’une chute abrupte qui s’est soldée par une dette de 750.000 Euro.

J’ai certainement refait cette erreur à plusieurs reprises. Mais quand la situation devenait critique, j’ai toujours fait appel à la puissance universelle du "secret", que ce soit dans les domaines personnels, financiers ou de la santé.

~~A~~ 25 ans déjà, j'appartenais à la catégorie des "hauts revenus". ~~A~~ cette époque, j’avais ma propre maison d’édition. Deux ans et demi plus tard, je n’avais plus aucune dette et tout allait de nouveau pour le mieux. Plus tard j’ai encore créé une entreprise de logiciels et à l'âge de 45 ans une entreprise Internet.

Aujourd'hui, à cinquante ans, j'ai atteint beaucoup plus que je n'avais osé imaginer à l'âge de 18 ans. Pendant toute ma vie, j’ai bâti une indépendance financière et pourtant si je le voulais, je pourrais m’arrêter de travailler. J'ai aussi réussi cela parce que à l’âge de 35 ans j'ai compris, que **l’on ne devient pas riche grâce à l'argent qu’on gagne, mais grâce à l'argent qu’on économise...**

Je ne me souviens encore très bien, que pendant les vacances scolaires, je remplissais les rayons dans des supermarchés pour un salaire de 1,70 Euro de l'heure, ou que pendant mon apprentissage de commerce, je travaillais derrière le grill d'un McDonald pour un salaire de 3,25 Euro de l'heure.

J'ai donc aussi appris qu'il est difficile de gagner de l'argent. Et c'est pourquoi le secret universel du succès a été très important pour toute ma carrière.

C'est justement quand je me trouvais dans une phase critique à l'âge de 28 ans, que j'ai vraiment réalisé l'importance du secret universel du succès.

Après avoir créé plusieurs sociétés, je me suis de nouveau concentré sur la formation: SuccessCoach Newsletter, livres et DVD.

Dans de nombreux livres vous trouverez des conseils concernant le "secret" - mais je pense que personne ne l'a jamais formulé aussi clairement.

Je serais heureux de vous faire connaître dans le prochain chapitre, le secret universel du succès. Je vous expliquerai comment et pourquoi le secret universel du succès fonctionne.

Avec mes mes 30 années d'expérience avec le secret universel du succès je vous donnerai quelques indications spécifiques pour des exercices, qui m'ont particulièrement aidé
.
Enfin, je vous indiquerai quelques lois de base à respecter, pour que le secret universel du succès soit totalement efficace.

Sur le site www.helmut-ament.de vous pouvez télécharger gratuitement une autobiographie plus détaillée de l'auteur.

"Il faut plus de courage pour changer son point de vue que de lui rester fidèle."

Friedrich Hebbel

CHAPITRE 1 – THEORIE

Le secret universel du succès

Veuillez lire attentivement les maximes suivantes.

Celles-ci décrivent sous une forme succincte et concise, le secret universel du succès. Entre la première et la dernière maxime il n'y a pas moins de deux mille cinq cents ans d'histoire de l'humanité ! Savez-vous de qui sont ces citations ?

"Tout ce que nous sommes résulté de nos pensées."

"L'homme est ce qu'il pense."

"Nous sommes le résultat de nos pensées."

"La croyance crée les faits."

"Le contenu de vos pensées et de vos croyances façonne votre personnalité, votre vie, votre avenir."

Pensez-vous que cela soit possible? Pensez-vous que votre vie est le reflet énergétique de vos pensées, de vos convictions, de vos croyances?

Cela n'est pas seulement vrai au plan émotionnel (grâce à la pensée positive, on se "sent" mieux ...), la pensée positive influence notre vie ENTIERE, y compris notre situation matérielle ! Mais est-ce que nos pensées peuvent réellement avoir une influence sur notre situation financière ?

Est-ce que les pensées déterminent si l'on est riche ou pauvre?
Dans quel appartement ou dans quelle maison on vit?
Quel genre de voiture on conduit?
La formation qu'on fait?
Si on a du succès ou si on n'en a pas?

Toutes les maximes citées sur la page précédente donnent le même message, mais elles proviennent de différentes époques – des connaissances de deux mille cinq cents ans d'expérience :

"Tout ce que nous sommes résulte de nos pensées."
Bouddha

"L'homme est ce qu'il pense."
Vient de la Bible.

La citation: "Nous sommes le résultat de nos pensées." provient de l'empereur et philosophe romain Marc Aurèle. William James.

Le père de la psychologie américaine, a résumé sa pensée en une phrase : "La croyance crée les faits."

Et Joseph Murphy, le célèbre maître de la pensée positive, qui a inspiré et motivé bon nombre de personnes à travers ses conférences et ses écrits, a conçu sa philosophie à partir de l'idée fondamentale suivante: "**le contenu de vos pensées et de vos croyances façonne votre personnalité, votre vie, votre avenir.**"

Toutes ces citations mènent à la conclusion suivante :

La personne que vous êtes aujourd'hui, le caractère, la personnalité, la situation dans laquelle vous vivez, sont le résultat de ce que vous avez pensé et cru jusqu'ici.

Cela signifie : que l'on est le résultat de ses propres pensées, expériences et croyances.

Au début j’ai eu beaucoup de peine à digérer cela ! Cette image de la vie était complètement différente de ce que j'avais pensé jusque-là . Par ailleurs toutes mes excuses n’avaient plus aucun sens: jusque-là je pouvais dire que les ‘circonstances‘ étaient la cause de mes échecs, que ce soit la maison, l'environnement, l'école, les enseignants, les chefs, les amis – ou si je n’avais pas d’autre excuse, je pouvais mettre la cause de mes échecs sur le système politique ou sur l'État ...

Après avoir de plus en plus réalisé l’importance du secret universel du succès, ma vision du monde s’est écroulée comme un château de cartes. Et j'ai compris que j'étais responsable de ma vie. Cette prise de conscience m’a procuré énormément de force et de motivation. Car cela signifiait, qu’avec mes pensées je pouvais déterminer le cours de ma vie.

Je devais maintenant, assumer l'entière responsabilité de ma vie. Ce n’est pas le destin, qui me mettait le bâton dans les roues et je n’avais plus d'excuses pour justifier certaines circonstances, mais le fait que je pouvais prendre ma vie dans mes propres mains.

J’ai alors réfléchis :

> ***COMMENT*** *est-ce que je veux penser ?*
> ***QU’EST-CE QUE*** *je veux vraiment ?*
> ***QUAND*** *est-ce que mes désirs doivent se réaliser?*

Et lorsque je réfléchissais à ces questions, j'ai activé le "secret universel du succès"

Je ne pouvais plus changer le passé, mais avec mes pensées, je pouvais moi-même déterminer mon avenir! La réalité d'aujourd'hui reposait sur ce que j’avais pensé dans le passé et le futur dépendrait de mes pensées actuelles.

1.Les événements actuels :

Je suis aujourd’hui, ce que je pensais et croyais dans le passé.

2.Mes pensées actuelles sont déterminantes pour mon avenir :

Dans le futur, je serai ce que je pense aujourd’hui.

Après avoir appliqué ces connaissances dans ma vie quotidienne, tout a diamétralement changé. Au fil du temps, j'ai appris des techniques qui m'ont permis d'atteindre des objectifs plus rapidement et plus facilement. Ultérieurement, je vous donnerai encore quelques conseils.

Bien sûr, j'ai été particulièrement intéressé de savoir *POURQUOI* et *COMMENT* le secret universel du succès pouvait fonctionner.

Si tout cela était aussi simple et que les pensées produisaient la réalité, alors pourquoi tout le monde n'utilisait pas ces techniques très simples? Naturellement, j'ai moi aussi de temps à autre j'ai eu des doutes, que cela ne pouvait pas être aussi simple, mais la réalité quotidienne m'a prouvé que cela fonctionnait vraiment

Dans les pages suivantes, j'ai brièvement résumé, pourquoi et comment selon moi, le secret universel du succès fonctionnait.

Pourquoi et comment fonctionne le secret universel du succès?

L'illusion de la matière

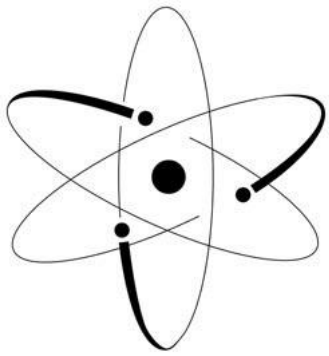
Comme je l'ai déjà dit dans la préface, je ne suis pas un scientifique, mais un pragmatique qui a fait de très bonnes expériences avec le secret universel du succès. Et, j'ai naturellement voulu connaître les raisons du fonctionnent du secret universel du succès. Dans mes recherches, j'ai constaté que la physique moderne n'était plus très loin de croire qu'il y avait une énergie cosmique dans l'univers.

Nous avons vu l'importance des pensées positives pour notre destinée. Mais que sont réellement les 'pensées'? Un processus électrochimique dans le cerveau? Jusqu'à présent je n'ai jamais entendu ou lu d'explications plausibles à ce sujet.

Qu'est-ce que la 'réalité'?
Qu'est-ce que la 'matière'?

A l'école nous avons appris que les couleurs n'existent pas. Il y a des réfractions, que le cerveau interprète comme 'couleurs'. Quel est alors la 'couleur' du monde matériel ? Blanc ou noir ? Tout gris ? Sans 'couleur' ? Uniquement de la lumière - ou pas de lumière ?

Et de quoi la ‘matière‘ est-elle composée? Toutes les matières, quelle qu'en soit la forme, sont composées d'atomes, ce que nous avons aussi appris à l'école. Le diamètre d'un atome est d’environ 10^{-7} mm, soit 0,0000001 mm.



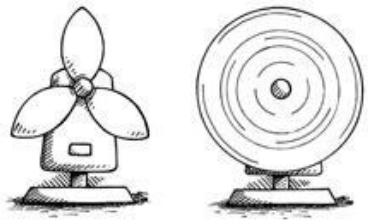
Ce minuscule atome n'est pas une structure rigide. Un atome est constitué d’un noyau autour duquel se distribue des électrons pour former un nuage. Le noyau est constitué de protons, chargés positivement et de neutrons.
Les proportions d’un atome sont significatives. Si par exemple, vous augmentez la taille du plus simple atome, l'atome d'hydrogène, à 10 mm, l’électron aurait la taille d'un grain de sable. Ce grain de sable ferait le tour d’un cercle de 10 mm, à une distance de 100 mètres (!) à environ la vitesse de la lumière.

Cela signifie que l'atome est constitué de 99,99999 pourcents de rien, de vide. Et, toute la matière est constituée d'atomes.

La matière est constituée de 99,99999 pourcents de "RIEN” !

Mais alors, comment pouvons-nous percevoir cette "matière solide"? Prenons l’exemple de l’hélice d’un ventilateur. Lorsqu’il n’est pas en fonction, les hélices sont de la matière solide, que l’on peut toucher.

Mais lorsque vous mettez le ventilateur en marche, cette "matière solide disparaît" et n'est plus que faiblement perceptible. La matière solide est "pratiquement **invisible"!**



Imaginez que les hélices tournent toujours plus vite, presque à la vitesse de la lumière. Que se passerait-il? Les hélices seraient pratiquement toujours au même endroit. N’aurait-on pas soudain l’impression de voir un disque solide?

Vous avez certainement observé la même chose avec les hélices des avions. J'ai moi-même une licence de pilote d'hélicoptère. Lors de vols touristiques, le personnel au sol demande toujours aux passagers de passer devant l'avion, pour ne pas se faire happer par le rotor arrière, que l'on ne voit pratiquement pas.

"La matière solide" n'est donc finalement rien d'autre qu'une structure en mouvement, qui est presque entièrement constituée de "rien". Des électrons en orbite autour du noyau.

Vous souvenez-vous d'un exemple que vous avez certainement entendu à l'école: prenons par exemple un cargo de 10.000 tonnes et que vous réduisiez sa superficie à la taille réelle d'un noyau d'atomes et d'électrons, la surface ne serait alors pas plus grande que la tête d'une épingle.

"La matière solide" n'est qu'une structure en mouvement
A cause de sa grande vitesse de mouvement, un seul électron ne peut pas trouver être perçu. Raison pour laquelle les physiciens parlent de "nuage d'électrons".

L'électron est contraint de tourner autour du noyau. Le noyau de l'atome est chargé positivement et les électrons sont chargés négativement. La très grande vitesse à laquelle l'électron tourne autour du noyau, lui permet de compenser la force centrifuge de l'attraction électrique du noyau.

Si l'électron ne tournait plus autour du noyau, il tomberait tout simplement sur le noyau. Vous êtes-vous déjà posé la question de savoir QUI a initié la poussée de l'électron?

> **"Il n'y a en fait pas de matière. La matière n'existe que grâce à une force qui met les atomes en orbite et les maintient ensemble comme un minuscule système solaire. Comme dans tout l'univers il n'y a pas de force intelligente et éternelle, nous devons supposer, qu'il y a derrière cette force un esprit conscient et intelligent et cet esprit est la source de toute "matière".**

Celui qui l'a dit, n'est autre que le prix Nobel de physique Max Planck.

Est-ce que les atomes sont "**intelligents**" ? Notre cerveau est aussi constitué d'innombrables atomes.
Est-ce que des trillions d'atomes "stupides" qui se rejoignent et deviennent soudainement intelligents ...?

Comment des atomes peuvent-ils produire une machine à penser aussi fantastique que le cerveau ?

Cela nous ramène à la force spirituelle décrite précédemment. Une force spirituelle, qui serait à l'origine de la vie, en quelque sorte une force universelle.

Maintenant, la question est de savoir si, avec nos pensées, nous pouvons avoir une influence directe sur la matière.
Les deux lois de conservation de la matière et de l'énergie sont parmi les plus sûres connaissances des sciences naturelles. Le grand physicien allemand Albert Einstein a réuni ces deux lois en une seule, en démontrant que la matière et l'énergie ne sont que deux formes différentes du même phénomène.

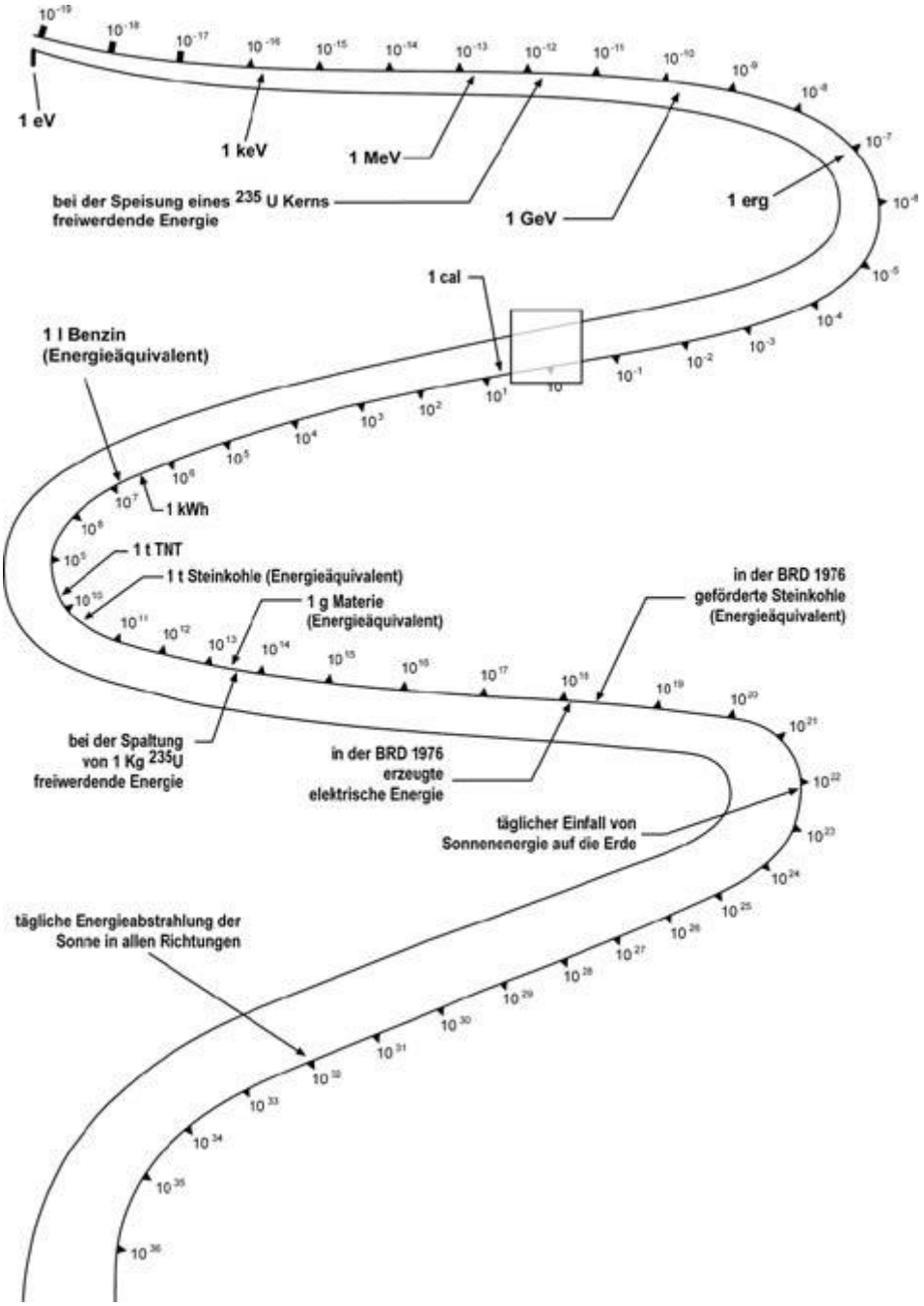
Un résultat important de la théorie de la relativité d'Einstein est que la matière et l'énergie sont en principe une seule et même substance, qui dans certaines circonstances, apparaît sous une forme ou sous une autre.

Einstein a écrit :

"La matière est de l'énergie condensée, qui peut apparaître sous une forme ou sous une autre."

Heureusement qu'une des plus importantes relations de la physique mathématique soit aussi simple que cela. L'équation ($E = mc^2$) signifie qu'une particule de masse *m* isolée et au repos dans un référentiel, possède, du fait de cette masse, une énergie E, appelée énergie de masse donnée par le produit de *m* par le carré de la vitesse de la lumière (297.000 km/sec).
Ce qui frappe le plus, c'est que le carré de la vitesse de la lumière est si grand, que la quantité d'énergie dans une petite particule de masse doit être énorme.

Dans un gramme de matière de n’importe quelle substance il y a donc, une énergie de l’ordre de 20 milliards de calories. Cela serait suffisant pour mettre en ébullition un lac de 700 mètres de diamètre et de 4 mètres de profondeur.



Est -ce que les pensées ne sont que de l'énergie?

Tous les médecins vous diront, que les personnes qui une forte volonté de vivre guérissent plus rapidement que les personnes, qui ont moins de volonté et qui ont plutôt une attitude négative.

Les processus de guérison ne sont-ils pas des mécanismes indépendants? Prenez par exemple "juste" une petite égratignure sur la main. une petite égratignure, qui sera guérie en quelques jours. Imaginez combien de millions et de milliards d'atomes doivent se restructurer pour guérir cette "petite" égratignure. Cela est en fait, déjà un miracle.

Il y a juste quelques décennies, les physiciens considéraient l'atome comme le plus petit élément de la matière. Ils ont même soupçonné que le proton était le noyau d’une substance solide, à l'origine de la matière.

Les dernières recherches prouvent toutefois, que cette théorie est erronée. Les scientifiques ont découvert la formation constante de nouvelles "particules d'atome subminiaturisées". Celles-ci ont leur origine dans le proton et dans tout le noyau. Cependant, ces particules ont une durée de vie extrêmement courte durée. A peine formées, elles vont à nouveau disparaître dans le noyau de l'atome. La durée de vie de ces particules est d'environ 10^{-8} à 10^{-21} secondes soit à 0,000000000000000000001 seconde.

Ces particules entourent, par exemple le proton dans un nuage dense. Les physiciens appellent ce nuage "champ quantique". Ce champ est invisible et incommensurable. La théorie de la matérialité des atomes n'est donc pas défendable.

Dans son livre "Turning Point" Capra a écrit:

> « ***Au début du siècle passé, l'étude expérimentale de l'atome a apporté des résultats sensationnels et totalement inattendus.***
>
> ***Les atomes ne sont pas des particules dures et solides, comme on l'a toujours pensé, mais se sont avéré être un espace dans lequel des particules extrêmement petites, des électrons, tournent autour du noyau.***
>
> ***Quelques années plus tard, la théorie quantique a clairement indiqué que même les particules subatomiques - les électrons et les protons et les neutrons dans le noyau - ne sont pas des substances solides dans les termes de la physique classique.***
>
> ***Les unités subatomiques de la matière sont des entités très abstraites avec une double nature. Selon la façon dont nous les considérons, elles apparaissent parfois comme des particules, parfois comme des ondes. Cette double nature montre aussi la lumière, qui peut apparaître comme une onde électromagnétique ou comme particules. Einstein a donné aux particules de lumière la dénomination "quantique", d'où le terme de "théorie quantique". Aujourd'hui celles-ci sont appelées photons.*** »

Dans l'expérience EPR devenue célèbre, Capra montre les difficultés que les scientifiques ont avec "la nature" de la matière.

Dans la forme simplifiée de l'expérience, il s'agit de deux électrons en orbite (spin-orbite d'électrons). La vitesse de la rotation du spin est toujours le même, mais dans un axe de rotation donné, la particule peut tourner dans une direction ou dans une autre. Les physiciens appellent souvent cela les deux valeurs du spin "up" et "down" et dans ce cas l'axe de rotation de la particule est vertical. Lorsque dans un dispositif expérimental on définit le spin de rotation de la première particule, l'autre particule est automatiquement en rotation inverse.

Le point crucial est que nous ne pouvons choisir notre axe de mesure qu'au dernier moment, lorsque les deux particules sont déjà éloignées l'une de l'autre. Au moment où nous mesurons sur la particule 1, la particule 2, même si elle se trouve à des milliers de kilomètres, aura pris un spin spécifique: "haut" ou "bas" si nous avons choisi un axe vertical et "gauche" ou "droite" si nous avons choisi un axe horizontal.

Comment la particule 2 connaît elle l'axe que nous avons choisi? Elle n'a absolument pas le temps de recevoir cette information par un signal conventionnel. C'est le point crucial de l'expérience EPR (Einstein-Podolsky-Rosen), c'est aussi le point sur lequel Einstein et Bohr n'étaient pas d'accord. Pour Einstein, dans la mesure où aucun signal ne peut se propager plus vite que la vitesse de lumière, il est impossible que la mesure effectuée sur une particule puisse au même moment déterminer la direction du spin de l'autre particule, qui se trouve à des milliers de kilomètres.
Pour Bohr, le système à deux particules est un tout indivisible, même si les particules se trouvent extrêmement loin l'une de l'autre. Il n'est donc pas possible d'analyser un tel système en considérant les particules indépendamment.

En d'autres termes, la vision cartésienne de la réalité n'est pas applicable aux deux électrons. Bien que très éloignés dans l'espace, ils ont des relations directes. Ces relations ne sont pas des signaux comme Einstein le supposait; elles dépassent nos notions traditionnelles de transmission de l'information.

Le théorème de Bell confirme l'interprétation de Bohr, qui voit les deux particules comme un tout indivisible, et prouve indéniablement que la philosophie cartésienne d'Einstein est incompatible avec les lois de la théorie quantique.

Dans un livre sur la théorie quantique, paru en 1951, David Bohm établit des comparaisons intéressantes entre les processus quantiques et les processus de la pensée, et va encore plus loin que la constatation faite deux décennies plus tôt par James Jeans:

> "***Il y a aujourd'hui une grande incertitude … que le flux de nos connaissances correspond à une réalité non mécanique; l'univers commence à ressembler plus à une grande pensée qu'à une grande machine.***"

D'une certaine façon, il semble qu'il y ait une "communication" entre deux matières, comme l'expérience EPR le prouve

Alors quelle est réellement la "réalité" ? Si vous dormez et rêvez ... est-ce qu'alors le rêve est "réel" ? Lorsque vous rêvez, vous trouverez que c'est "réel". Comment pouvez-vous sortir de cette "réalité" ?
En vous réveillant ! Vous devez tout d'abord vous réveiller, pour vous rendre compte que ce n'était qu'un rêve ! Traditionnellement, cela signifiait:

> **Le monde est le rêve de Dieu.**

Qui vous dit, qu'en ce moment vous ne "rêvez" pas ? Imaginez le scénario suivant : Vous rêvez, vous vous réveillez et vaquez à vos occupations quotidiennes, et soudain vous vous réveillez et sortez de ce rêve ... Dans les écoles d'initiation on parle souvent de "l'éveil".

Quand on a ouvert la tombe d'Hermès, on s'attendait à découvrir le plus grand secret de tous les temps. C'est vrai. Le secret était :

> **« A l'intérieur comme à l'extérieur, en bas comme en haut. »**

En d'autres termes : "**Au ciel (dans son propre esprit) comme sur terre (dans le corps et dans l'environnement).**"

Encore une fois la citation d'Einstein:

> **"La matière est de l'énergie condensée.**
> **La matière peut être transformée en énergie et réciproquement ... "**

Au commencement tout était donc énergie. Les particules d'énergie (quantiques) ont formé des concentrations. Cela a créé des particules élémentaires, ensuite l'atome, les molécules, les cellules, etc …

> **La matière n'est donc fondamentalement**
> **que de l'énergie, des vibrations.**

Si la matière – comme les pensées – n'est en fait que de l'énergie, on pourrait alors se poser la question suivante:

> **L'énergie peut-elle influencer l'énergie ?**
> **L'énergie (pensée) peut-elle influencer l'énergie (matière) ?**

Chaque pensée est de l'énergie, elle est à l'origine d'un processus dans chaque pensée il y a la raison, qui va produire une résultante spécifique. Chaque pensée est la semence, le point de départ d'un fait, d'un événement.

Ce n'est pas ce qu'il y a dans le monde, qui détermine la qualité de votre vie, mais comment vous imaginez et percevez ce monde. Selon une célèbre citation de Ralph Waldo Emerson: "Nous devenons ce que nous pensons à longueur de journée",

> **Chaque pensée que vous pensez**
> **aura une influence sur votre vie de demain.**

Vous pouvez déjà le voir sur le corps d'une personne. L'expression du visage d'une personne vous permet déjà de dire si elle est satisfaite ou pas trop satisfaite, si elle est heureuse ou malheureuse.

Notre corps est constitué d'environ 70 milliards, soit 70.000 milliards de cellules, c’est 70 avec 12 zéros. Chacune de ces cellules a une tension mesurable de 70 à 90 MV, comparable à celle d’une centrale électrique.

70 milliards. Une énorme quantité de centrales électriques. Dans le temps que vous avez pris pour lire la dernière phrase, environ 100.000 cellules de votre corps sont mortes.

Maintenant il y en a presque deux fois plus, et demain à la même heure, plus de 2 milliards de cellules seront mortes.

Elles ne meurent pas seulement, avant de mourir, en se divisant, elles assurent un renouvellement identique.

Ces cellules sont immédiatement programmées avec le contenu et la qualité de vos pensées dominantes, qu’elles soient positives ou négatives.

Tous les deux ans, votre corps renouvelle toutes les cellules, négativement ou positivement.

Avec notre façon de penser, nous décidons nous-mêmes du type d'énergie qui remplira les cellules nouvellement créées!

Tout le monde est aujourd'hui ce qu'il a pensé hier, et sera demain ce qu'il pense aujourd'hui.

Imaginez que vous êtes un «aimant» d'énergie positive. Un morceau de fer magnétisé soulève des poids, qui peuvent dépasser jusqu’à environ douze fois son propre poids; mais démagnétisé il ne pourrait même pas faire bouger un trombone.

Orientez votre pensée spirituelle sur le succès, la santé, le bonheur et l’harmonie, et chargez-vous comme un aimant avec de l'énergie positive.

De cette façon, vous attirerez automatiquement le succès, la santé, le bonheur et l’harmonie! Les gens autour de vous, vous traiteront de "chanceux" – et tout ce que vous touchez deviendra de l’"or"!

Une excellente idée, n’est-ce pas? Et pourtant, c’est le seul bon usage de la pensée positive et axée sur les objectifs!

Prenez donc la responsabilité de ce que vous pensez. Apprenez à penser de manière OPTIMISTE et utilisez ces énergies correctement.

La puissance de votre subconscient

Nous savons maintenant que le monde est constitué d'énergies - énergies qui, d'une certaine manière, communiquent entre elles.
Qu'est-ce que cela signifie concrètement pour nous?
Avec nos pensées, comment pouvons-nous influencer positivement notre vie?

Nous devons tout d'abord comprendre que nous sommes confrontés à trois niveaux de conscience

a. La conscience
b. Le subconscient
c. La conscience infinie

Avec l'aide de la **conscience** nous choisissons la vie que nous voulons. La conscience est similaire à la direction d'une entreprise. C'est là que les décisions sont prises, c'est aussi là que la planification est élaborée.

Au début de chaque processus il y a donc une décision consciente du choix d'atteindre un objectif précis, concernant le succès, la richesse, l'influence ou le prestige. Et cela pour chaque objectif, que vous avez voulu.

Par contre, le subconscient est comparable à un site de production, la zone, dans laquelle nos pensés (= instructions) sont traitées et mises en œuvre.

Le **subconscient** a une énorme importance. Ancré dans des couches profondes de notre personnalité, il contrôle les fonctions vitales comme les battements du cœur, la respiration, la digestion, etc…

Mais il contrôle et détermine également tous les processus inconscients de nature mentale et spirituelle. Toutes nos perceptions et nos expériences sont enregistrées dans notre subconscient.

Nos peurs, les causes de nos anxiétés et de nos appréhensions viennent également de notre subconscient.

Sans que nous en soyons conscients, notre subconscient a généralement une énorme influence sur le développement de notre personnalité et sur notre caractère.

La personne que vous êtes aujourd'hui, votre caractère, votre personnalité, votre situation, sont le résultat de ce que vous avez pensé et cru dans votre vie.

Cela signifie qu'ils sont le résultat de vos propres pensées, expériences et croyances.

Votre personnalité et votre vie ont été façonnées par vos pensées et croyances passées. Votre subconscient avait soigneusement enregistré toutes vos expériences, toutes vos pensées, et il a fait de vous la personne que vous êtes aujourd'hui.

Si vous êtes malheureux et pessimiste, ce n’est que le reflet de vos pensées antérieures.

Vous êtes aujourd'hui, ce que vous avez pensé dans le passé.

Vous ne pouvez plus rien changer. Mais la bonne nouvelle est qu’à l’avenir vous serez ce que vous pensez aujourd'hui. Votre subconscient peut vous aider à réaliser vos objectifs. Il réalisera toutes les pensées positives que vous lui transmettez. Mais, il ne peut satisfaire que les désirs que vous avez réellement.

Avec le subconscient vous pouvez toujours décider, si vous voulez penser négativement ou positivement. Chaque pensée, chaque sentiment va être gravé dans votre subconscient. Toutes vos pensées deviendront réalité dans votre vie future.

Plus vos objectifs et vos désirs sont clairs et précis, mieux votre subconscient pourra les réaliser.

Plus vous répétez vos objectifs et vos désirs avec une attitude joyeuse et sereine, plus la période entre désir et réalisation sera courte.

Vous êtes aujourd'hui, ce que vous avez pensé dans le passé. Vous ne pouvez plus rien changer.

Mais la bonne nouvelle est qu'à l'avenir vous serez ce que vous pensez aujourd'hui. Votre subconscient peut vous aider à réaliser vos objectifs. Il réalisera toutes les pensées positives que vous lui transmettez. Mais, il ne peut satisfaire que les désirs que vous avez réellement.

Votre subconscient accepte tout ce que vous lui transmettez et tout ce que vous avez consciemment cru. Il ne fait pas d'examen, il ne fait pas d'objection. Votre subconscient est comme la terre dans laquelle on plante des semences, qu'elles soient bonnes ou mauvaises. Votre subconscient ne vérifie donc pas si vos pensées sont bonnes ou mauvaises, Votre subconscient ne vérifie donc pas si vos pensées sont bonnes ou mauvaises, mais ne fera que les réaliser.
Comme "le capitaine sur le pont de son navire", vous devez donner les ordres à votre conscience et choisir la bonne route, dans la salle des machines (l'inconscient). L'équipage ne fait qu'exécuter les ordres.

Il y a une autre propriété du subconscient qui ne doit pas être sous-estimée: le subconscient vous donne accès à la "conscience infinie", qui est aussi connue comme "esprit infini", "esprit universel" ou "conscience cosmique". Les personnes religieuses comparent cette conscience infinie avec "Dieu".

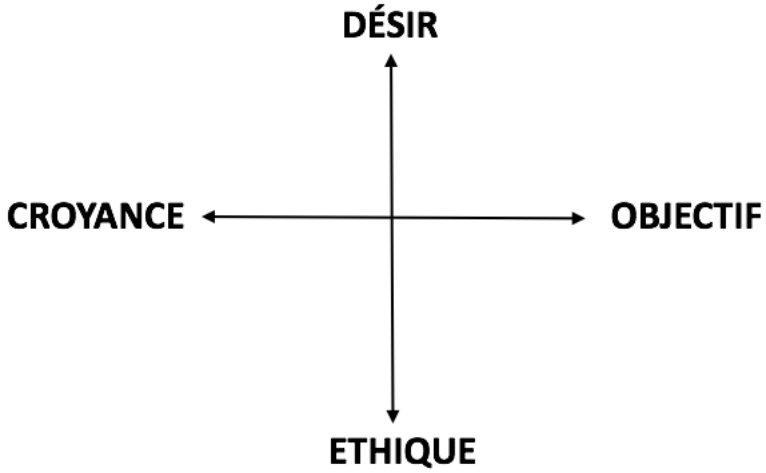
Même Albert Einstein et Max Planck, deux scientifiques qui travaillaient de manière rationnelle et logique, sont arrivé à la conclusion, au terme de leurs recherches, qu'il devait y avoir une "conscience infinie".

Dans ce sens, infini signifie connaissance et pouvoir infini dans l'espace et dans le temps.
Pour notre intellect, cette forme de conscience n'est pas vraiment compréhensible. Mais ce que nous devons vraiment comprendre, c'est que grâce à notre inconscient, nous avons accès à cette conscience infinie.

Grâce à la connexion de l'inconscient et de la conscience infinie, vous pouvez contrôler les pensées et les idées auxquelles vous croyez fermement et que vous voulez vraiment réaliser.

Le carré magique: désir, croyance, attentes et éthique

Le carré magique désir, croyance, attentes et éthique est la condition de toute réussite. L'interaction de ces quatre forces permet la réussite personnelle.



Pratiquement, cela signifie que:

a. vous devez avoir **un désir fort** et intense de vouloir atteindre un objectif spécifique.

b. vous devez avoir une **croyance** ferme et profonde de pouvoir atteindre votre objectif.

c. vous devez être confiant, vous devez croire que vous pourrez atteindre votre **objectif**.

d. vous devez agir de façon **éthique** et ne pas nuire à d'autres personnes, autrement votre conscience empêchera la réalisation de votre objectif.

Le carré magique désir, croyance, attentes et éthique, détermine à long terme la valeur et la qualité de notre vie.

Mais bien entendu, cela dépend des objectifs que nous nous fixons. En outre, nous devons être convaincus, que nous atteindrons ces objectifs.

Si vous regardez les biographies des grands hommes, indépendamment du fait qu'ils ont été actifs dans le domaine politique, scientifique ou philosophique, vous rendrez vite compte que ces personnes étaient vraiment inspirées par une profonde croyance dans leurs capacités et dans leurs objectifs.

Dans la Bible, vous pouvez lire que: "**Tout est possible à celui qui croit.**"

Sur le plan psychologique, il a été prouvé que l'homme peut atteindre tous les objectifs qu'il peut imaginer, s'il croit fermement qu'ils se réaliseront.

William James a écrit: "La croyance crée les faits."

Et: "Le succès ou l'échec de vos plans dépend de l'intensité de votre croyance. Sans croyance forte, il n'y a pas de réussite. Ceci est une vérité fondamentale. "

L'efficacité de la croyance n'a rien à voir avec une croyance particulière. Qu'une personne soit chrétienne, bouddhiste ou musulmane.

Lorsqu'une personne a la conviction absolue que ses "prières" seront exhaussées, elle utilisera le pouvoir du secret universel du succès.

Dans les versets de la Bible il est écrit: "**Croyez que vous l'avez reçu, et il vous sera donné" et: "Vous recevez selon vos croyances."**

William James le dit très clairement: "**Si vous le désirez vraiment, vous l'obtiendrez. Si vous voulez devenir riche, vous le deviendrez, si vous voulez être instruit, vous le serez, si vous voulez devenir quelqu'un de bon, vous le deviendrez. Vous devez uniquement vouloir ce que vous désirez vraiment.**"

Par ailleurs, le grand psychologue souligne un autre point important:

"L'homme doit vraiment vouloir ce qu'il désire; il ne doit pas vouloir atteindre simultanément des centaines d'autres objectifs, qui sont incompatibles avec son objectif principal."

La croyance ne tombe pas du ciel. La croyance est une attitude spirituelle, qui vient de l'autosuggestion.

Avec des pensées contrôlées et disciplinées, nous sommes en mesure de nous concentrer sur la réalisation de nos objectifs. Quand notre croyance a la force et l'intensité nécessaire à la réalisation d'un désir, ce désir se réalisera.

La croyance est la somme de toutes nos pensées!

Nous devons clairement définir nos objectifs et nous concentrer sur ceux-ci. Nous ne devons pas avoir trop d'objectifs simultanément, surtout s'ils sont contradictoires. Nous devons avoir une discipline mentale stricte.

Jésus disait à ses disciples:

> **"Si vous aviez la foi d'un grain de moutarde, vous diriez à cette montagne: Va là-bas, et elle se déplacerait et pour vous, plus rien ne sera impossible!".**
>
> **"Et tout ce que vous demanderez dans vos prières, croyez que vous l'avez reçu et vous le recevrez."**

Le « turbo » de la réussite : l'autosuggestion !

Le pouvoir de la suggestion

Le pharmacien et psychothérapeute français Émile Coué a été le premier à reconnaître l'importance de la suggestion. C'est lui qui inventé la célèbre formule:

"Tous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux."

Il prescrivait à ses patients de prononcer cette phrase 20 fois de suite et de croire à ce qu'ils disaient. Cette méthode a permis à Coué d'obtenir de remarquables succès.

Si jusqu'à 90 pourcent des maladies sont dues à des causes psychosomatiques, ce qu'aujourd'hui beaucoup de médecins pensent, il semble dès lors logique, que l'on se concentre sur le traitement des vraies causes. C'est exactement ce que faisait Coué: Il a traité les troubles mentaux par des procédés psychothérapeutiques. Cette thérapie par la suggestion a aussi été très efficace, même s'il agissait seulement de maladies d'origines organiques.

Les bases de cette méthode sont simples: le conscient peut influencer positivement le subconscient. De cette façon il est relativement simple de guérir de nombreuses maladies.

Quelle est la nature d'une suggestion? L'efficacité de la suggestion, dépend des idées qu'elle génère. Des idées, qui sont éveillées dans le subconscient. Nous avons ainsi la possibilité d'influencer nos sentiments, nos croyances et notre volonté.

Et ici aussi: plus les idées que vous éveillez sont fortes et intenses, plus l'effet sera rapide et plus il aura une longue durée.

Il existe deux types de suggestion:

a. **L'autosuggestion**: Nous voulons éveiller une certaine idée dans notre subconscient.

b. **La suggestion externe**: Nous voulons éveiller une certaine idée chez d'autres personnes.

La base de toute suggestion externe est en fait toujours une autosuggestion. Nous ne pouvons transférer une idée à une autre personne, que si celle-ci est fortement ancrée dans notre subconscient.

Cela explique aussi le charisme et le pouvoir de suggestion que certaines personnes ont sur leur environnement.

Ces personnes sont fortement convaincues de leurs propres capacités. Seul celui qui croit en lui-même, peut convaincre d'autres personnes.

Autrement dit: Si vous ne croyez pas en vous-même, si vous n'êtes pas vous-même convaincu, vous ne pouvez pas vous attendre à ce que d'autres personnes croient en vous.

Une suggestion n'a pas d'effet dans le conscient, mais bien dans le subconscient. Vous avez probablement déjà assisté au spectacle d'un hypnotiseur. Les personnes sous hypnose peuvent devenir insensibles à la douleur, manger du citron comme du melon, etc…

Des recherches scientifiques ont confirmé que les idées perçues pouvaient affecter les fonctions corporelles.

La suggestion d'avoir bu un litre d'eau peut conduire à un besoin d'uriner beaucoup plus important

La source d'une suggestion est toujours une idée, qui se transformera en image.

La suggestion aura un effet uniquement lorsque cette image sera bien ancrée dans notre subconscient.

Le professeur Ch. Baudouin a constaté que: "**La suggestion est la réalisation d'une idée subconsciente".**

Le psychologue Fritz Lambert est d'avis que: "**Tout ce qui nous affecte émotionnellement, est suggestion. Parce qu'au moment où nous ressentons psychologiquement une émotion, une croyance correspondante est automatiquement déclenchée.**"

Dans notre vie quotidienne nous sommes constamment, consciemment ou inconsciemment, influencé par des suggestions. Pensez uniquement aux effets de la publicité, que nous voyons dans les magazines, dans les émissions de radio, à la télévision, sur les panneaux publicitaires, etc ...

Les suggestions ne viennent pas que de l'extérieur, nous les déclenchons nous-mêmes avec nos pensées! Chaque pensée, chaque idée, chaque émotion marque et constitue notre personnalité. Nos pensées ont une influence sur notre destinée beaucoup plus importante, que ce que la plupart des gens pensent.

Sachant cela, nous devons nous rappeler l'importance du contenu de nos pensées, de nos idées et de nos émotions. Nous devons apprendre apprendre à systématiquement remplacer nos pensées négatives par des pensées positives.

Tant que nous ne sommes pas en mesure de contrôler nos pensées positives. Tant que nous ne sommes pas en mesure de contrôler nos pensées et nos idées, nous serons impuissants face au pouvoir de nos pensées.

La bonne nouvelle: Nous pouvons certainement apprendre à contrôler nos pensées et avec l'aide de l'autosuggestion, ancrer des messages positifs au fond de notre subconscient. Mais pour cela, nous avons besoin de connaître et d'appliquer les lois de la suggestion. Si nous comprenons ces lois et comment elles agissent, nous pourrons alors correctement utiliser l'autosuggestion. Et nous pourrons dès lors obtenir d'incroyables résultats.

Les lois de la suggestion

Le subconscient pense en images

Vous connaissez certainement le proverbe chinois:

"Une image vaut mille mots."

L'homme pense en images. Avec l'aide de vos pensées, que vous ancrez sous une forme visuelle dans votre subconscient, vous pouvez influencer votre vie et votre avenir. Avec chacune de ces idées visuelles vous donnez à votre subconscient l'ordre, de la direction qu'il doit donner à votre vie.

Dans la Bible il est écrit: **"Un homme est ce qu'il pense. »**

Ce constat fait partie de toutes les grandes religions et philosophies.

En outre, des études psychologiques ont montré, qu'une personne devient ce qu'elle pense être. L'homme correspond à l'autoportrait ancré dans son subconscient. Vous deviendrez ce que vous voyez dans votre esprit. Le philosophe Ralph Waldo Emerson l'a dit dans ces mots:

> **"Dans chaque tête, Il n'y a pas de pensée, qui ne se transforme pas rapidement en énergie."**

La puissance de vos idées visuelles conduit à la réalisation de vos objectifs.

Votre avenir sera conçu comme vous le voyez dans votre esprit.

Le langage de notre subconscient est un langage d'images.

Votre conscience vous permet en tous temps de transmettre à votre subconscient, les images que vous souhaitez. Imaginez par exemple une situation, que vous avez vécu. Vous pouvez voir ces images dans votre esprit.

Inversement, grâce à l'imagination, nous pouvons également créer les images de ce que nous désirons.

L'exercice de notre capacité de représentation et d'imagination est vital. Nous devons apprendre à transmettre des images précises à notre subconscient, qui montrent en détail ce que nous voulons.

Dans ce livre, vous trouverez des exercices concrets, qui vous permettront de transmettre des images très précises à votre subconscient. Tout d'abord, nous utiliserons des images et des illustrations existantes, puis vous apprendrez à faire apparaître mentalement ces images devant vos yeux.

La croyance est plus forte que la volonté

Vraisemblablement, vous aimeriez vérifier que le secret universel du succès fonctionne, en remplissant un billet de loterie ou en jouant dans un casino. Naturellement, vous VOULEZ avoir un six à la loterie ou faire sauter la banque du casino, mais est-ce que vous y CROYEZ vraiment?

Des études ont également montré, que plus de 80 pourcents des millionnaires de la loterie, avaient après deux ans, plus de dettes qu'avant d'avoir gagné. Pour la plupart, le gain matériel ne correspondait pas à l'enrichissement spirituel.

Vous constaterez également cela dans le domaine de la santé: En général, chaque personne malade a la volonté de guérir, mais cela n'arrivera que si elle croit réellement en une guérison rapide. C'est comme cela qu'on peut expliquer les "guérisons miracles" dans les lieux de pèlerinage.

Si quelqu’un croit vraiment qu’il guérira en visitant un lieu "saint", cela peut se produire dans certains cas où la conviction est très forte, comme nous avons pu le lire dans plusieurs récits. Mais une croyance inconditionnelle de guérison rapide est à l’origine de ces "guérisons miracles". Dans de tels cas, on peut voir l'incroyable puissance de notre subconscient sur notre corps.

Cet exemple montre clairement, que nous sommes maîtres de notre destin. Il n’y a pratiquement rien que nous ne puissions obtenir, si nous le voulons et si nous y croyons vraiment.

Mais cela ne peut se produire, que si nous l’attendons. Dans leur vie, les gens ne peuvent réaliser que les choses qu'ils peuvent se représenter. En d'autres termes: Ce que vous pouvez imaginer, vous pouvez aussi le réaliser.

En dépit d’efforts délibérés, certaines personnes n’arrivent jamais à atteindre leurs objectifs. Inversement, d'autres personnes réussissent à réaliser leurs ambitions en toute facilité, sans devoir faire d’efforts particuliers.

Pourquoi: tout simplement parce que ces personnes connaissent le secret universel du succès, elles sont conscientes des lois de la suggestion et les font travailler pour elles-mêmes. Les représentations picturales de leurs objectifs sont si fortement ancrées dans leur subconscient, qu'aucune idée négative ne viendra s’opposer à la réalisation de leurs objectifs. C’est comme cela qu’elles peuvent atteindre leurs objectifs sans avoir trop d'efforts à fournir.

Un effort provoque souvent l'opposé de ce que nous voulons

La personne qui veut réaliser quelque chose en faisant un effort intense, obtiendra le contraire. Si vous essayez à tout prix de vous endormir, vous serez encore plus éveillé qu'auparavant.

Nous devons apprendre à transmettre à notre subconscient les images de nos objectifs. Mais nous devons aussi être en mesure de nous détendre. Le moment idéal est, peu avant d’aller se coucher. Imaginez mentalement que vous avez déjà atteint vos objectifs, voyez-les, sentez-les, plus vous utilisez de sens, mieux vous pourrez ancrer vos images dans votre subconscient. Soyez heureux d’avoir déjà réussi à atteindre vos objectifs. Laissez ensuite lentement les images disparaître et endormez-vous avec un sentiment de bonheur. Et réveillez-vous le lendemain matin avec un sentiment de bonheur.

Vous ne devez pas "forcer" une pensée positive. Cela n'a aucun sens de vouloir repousser une pensée négative. Si vous essayez désespérément de repousser des pensées négatives, vous obtiendrez exactement le contraire. Autrement, il vous arrivera la même chose qu'à Job: "**Ce que je craignais le plus est arrivé.**"

Au lieu de cela, agissez comme suit: Soyez conscient du fait que vous pouvez librement choisir vos pensées. Décidez d'avoir des pensées positives, portez toute votre attention sur vos objectifs et vos désirs réels. Il n'y aura alors plus de place et de temps pour des pensées négatives.

Les pensées positives ont une plus haute "fréquence" que les pensées négatives.

La lumière est toujours plus forte que les ténèbres.

Dans l'obscurité la lumière ne doit pas combattre l'obscurité. Lorsque la lumière vient, l'obscurité disparaît automatiquement.

Modifiez la situation dans laquelle vous vous trouvez en changeant vos pensées par la création d'une nouvelle réalité:

Si vous ne vous sentez pas bien - imaginez que vous vous sentez bien et que la vie est belle.

Si vous êtes malade – imaginez que vous êtes guéri et que vous gambader.

Si vous avez des problèmes financiers - imaginez que vous vivez dans la richesse.

Si vous avez des problèmes avec votre partenaire - imaginez que vous vivez une relation parfaite et harmonieuse avec votre partenaire.

De par mon travail, j'ai souvent été amené à faire des trajets en voiture, aussi de nuit. Roulant à plus de 200 kilomètres à l'heure sur l'autoroute, pour arriver plus rapidement à la maison, il est parfois arrivé que des images négatives traversent mon esprit, telles que "que se passerait-il si un camion ne me voyait pas et passait subitement sur la voie de gauche?"

« Que se passerait-il si un cerf traversait l'autoroute l'autoroute ...". Si j'avais laissé ces pensées dans ma tête, cela aurait vraiment pu devenir dangereux, et j'aurais moins bien conduit.

J'ai toujours choisi de penser à autre chose. Je me suis représenté le résultat de mon voyage sur l'autoroute. J'ouvre la porte de la maison, mes enfants et ma femme courent vers moi et m'embrassent … Je me suis toujours mentalement représenté positivement le **RÉSULTAT FINAL.**

> **Méditer des pensées désagréables n'est pas important, ce qui est dangereux ce sont les conclusions que l'on en tire.**

Les inquiétudes ne sont généralement qu'une représentation négative de l'imagination. Cela n'a rien à voir avec un bon planning. Planifiez de votre mieux et attendez le résultat positif, sans en parler. Quel pourcentage de vos inquiétudes se s'est déjà réellement produit? La plupart des personnes à qui je pose cette question me disent, entre 1 et 10 pourcents. Alors, qui est le réaliste? La personne qui a toujours imaginé ce qui pourrait mal aller (ces personnes se décrivent souvent comme "réalistes"), ou le vrai réaliste n'est-il pas la personne qui sait que de toute façon seulement quelques pourcents de ses préoccupations se produiront! Ne vous laissez pas démotiver par les pessimistes!

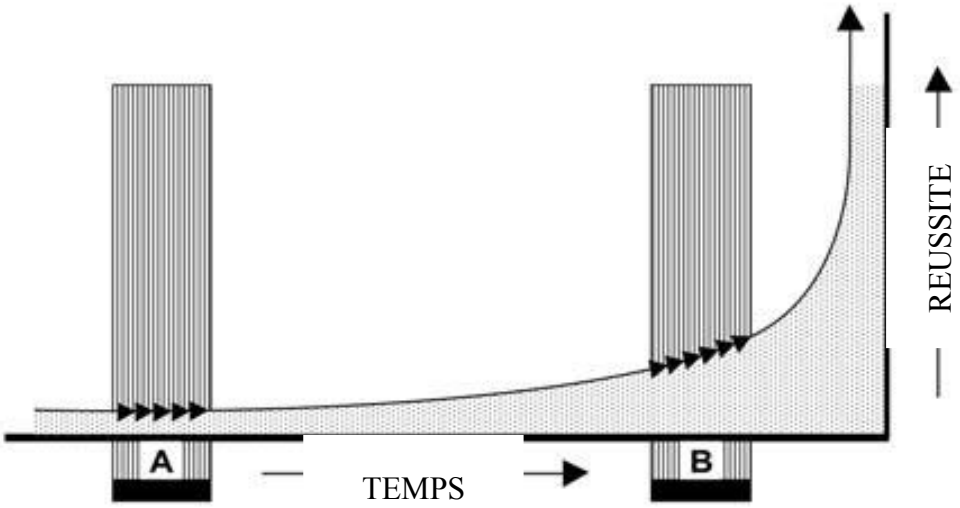
Vous avez le libre choix de vos pensées. C'est en fait la vraie liberté de l'homme. Vous pouvez créer votre propre destin. Ne vous battez pas contre vos pensées négatives, remplacez-les simplement par des pensées positives!

L’astuce pour transformer des pensées négatives en pensées positives est: que se passerait-il, si cela était déjà arrivé?
En vous posant cette question, vous vous concentrez automatiquement sur les aspects positifs!

Le succès n’est possible qu’à long terme
Le succès permanent et durable ne peut être atteint, que si vous arrivez, par un travail souvent laborieux, à convertir le contenu négatif de votre subconscient en images positives. Ce n'est que lorsqu’il y aura au moins 51 pourcents de pensées positives dans votre subconscient, que vos activités pourront automatiquement être couronnées de succès.
Vous devez constamment vous assurer que le contenu de votre subconscient est positif. Au début, il se peut que vous ne soyez conscient qu’il s’agit de pensées négatives, que lorsque vous avez les avez imaginées ou évoquées. Mais vous devez également convertir ces pensées en images positives

Soyez conscient du fait, que vous pouvez choisir librement vos pensées, et que vous seul pouvez déterminer le contenu de vos pensées. Après un certain temps, vous constaterez que vous utiliserez automatiquement et involontairement des pensées positives.
Créez les bases d'un succès durable:

Ne dépassez pas la limite des 51 pourcents !



Les deux intervalles A et B sont de même durée. Mais les progrès dans l'intervalle B sont beaucoup plus rapides. Même si vous avez l'impression que cela ne progresse pas réellement, continuez, n'abandonnez pas. Il est possible que vous soyez tout près de réussir.

> **Vous devez avoir fait quelque chose assez longtemps pour réellement réussir!**

La plupart des gens ne parviennent pas à surmonter cet obstacle. Vous commencez quelque chose, qui ne fonctionne pas tout de suite et vous abandonnez. Vous commencez un millier de choses que vous abandonnez. C'est un peu comme si je plantais une graine dans la terre et qu'après un court laps de temps, je la déterrais. Il faut juste laisser le temps aux racines de pousser et grandir.

Parlez avec les personnes qui réussissent: Vous remarquerez immédiatement qu'elles sont toutes des battantes. Même quand elles ont connu des échecs, elles ont continué de se battre jusqu'à ce qu'elles aient réussi. Chaque échec a été une opportunité d'apprendre, elles ont modifié leur manière de faire et ont de nouveau fait un essai. En persistant et en persévérant, elles ont constamment progressé. Les erreurs sont faites pour nous apprendre comment agir correctement

> Celui qui réussit est celui qui persévère, là où celui qui ne réussit pas abandonne. Notez cette phrase:

"Qui sait, pourquoi c'est bénéfique."

Vous ne savez jamais pourquoi les choses arrivent. Mais comment pouvez-vous être certain qu'un événement négatif, de votre point de vue, ne pourrait pas être bien pour vous ?
Un exemple: vous avez petit un accident de voiture, pas grave, mais ennuyeux. Mais qu'en serait-il, si la femme qui a causé l'accident, était la femme de vos rêves et la femme de votre vie?

Quoi qu'il puisse se passer, tirez-en le meilleur parti. Dites-vous toujours que **"Qui sait, pourquoi c'est bénéfique …!".** Cette manière de faire, vous permettra d'éliminer beaucoup de pensées négatives et vous serez sur le chemin de la réussite.

Je ne sais pas ce qui se serait passé, si à l'âge de 28 ans, je n'avais pas été confronté à des difficultés financières. Si, avec mon découvert de 750.000 Euros, vous m'aviez dit: **"Qui sait, pourquoi c'est bénéfique …"** je n'aurais certainement pas trouvé cela très drôle.

Mais avec du recul, je dois dire que cela a certainement été, à bien des égards, une très bonne leçon. C'est grâce à cette expérience et à l'apprentissage de la discipline nécessaire pour les petits détails, que j'ai été plus tard, en mesure de diriger efficacement de grandes entreprises.

La réussite réside dans la simplicité

Ne succombez pas à la tentation de compliquer inutilement les choses, ne faites pas l'erreur, de vous rendre la vie difficile. Parce que le succès réside dans la simplicité, avec une approche simple et directe.

Il y a quelque temps, un homme politique européen a donné un exemple prouvant cette constatation.

Il a souligné que les Dix Commandements étaient constitués de 279 mots, que la Déclaration d'Indépendance des Etats-Unis d'Amérique était constituée de 300 mots et que le règlement de la Communauté Européenne sur l'importation de bonbons au caramel ne comprenait pas moins de 25.911 mots!

Votre subconscient répond sous forme d'intuition

On dit, que le succès est la capacité de faire les bonnes choses au bon moment et au bon endroit. Ceci n'est possible, que si vous écoutez votre "voix intérieure".

Dans la littérature, vous trouverez de nombreux exemples, dans lesquels des scientifiques, qui ont travaillé pendant des semaines et des mois sur une question et qui ne trouvaient pas la solution, ont soudainement trouvé la bonne solution dans un rêve. C'est un des chemins qui permet à votre subconscient de communiquer avec vous.

Vous êtes-vous déjà trouvé dans une telle situation? Le téléphone sonne et vous savez à l'avance, qui appelle. Ou bien, vos enfants sont dans une autre pièce et vous savez exactement que quelque chose ne va pas. Vous rencontrez une personne et vous avez tout de suite l'impression, que vous devriez être prudent, etc…

L'intuition n'est qu'un sentiment, qui en plus est très souvent illogique.

L'intuition vous dit CE QUE vous devez faire.
Mais elle ne vous dit pas POURQUOI vous devez le faire.

La logique est un élément important dans notre vie. Mais la logique est basée sur des hypothèses et des expériences passées. Qui dit, que les expériences passées sont toujours valables aujourd'hui?
~~A~~ travers l'intuition, votre subconscient vous met en contact avec la conscience infinie. Alors écoutez-la! Ne laissez pas votre intellect tout bloquer. Écoutez votre voix intérieure. Apprenez à la suivre. Avec le temps vous ferez confiance à votre intuition.

Mais vous pouvez également former votre intuition. Faites un petit exercice:
La prochaine fois que vous irez en ville avec votre voiture, demandez à votre subconscient, qu'il s'assure, que vous trouviez une place de parc juste devant le magasin où vous voulez aller.

La plupart des gens diront: En ville il n'y a de toute façon pas de places de parc. Eh bien oui, il y a des places de parc, mais la plupart du temps celles-ci sont occupées! Pourquoi alors, ne serait-il pas possible que "par hasard", quelqu'un parte ou que simplement une place de parc soit libre, juste au moment où vous arrivez?

En premier lieu, cet exercice est utile pour vous apprendre le sentiment que vous aviez AUPARAVANT s'il y avait réellement une place de parc libre. Et quel était AUPARAVANT le sentiment s'il n'y avait pas de place de parc libre.

Et quel sentiment aviez-vous AUPARAVANT, lorsque la place de parc n'était pas libre?

Cet exercice ne vous coûtera rien, et au fur et à mesure, il vous donnera un bon sentiment, comment on ressent l'intuition, ce qui se passe quand cela fonctionne et quand cela ne fonctionne pas. Le vrai maître utilise toujours le pouvoir créatif qui est en lui.

Le subconscient ne fait pas de différence entre l'imagination et la réalité
Les images que vous transmettez à votre subconscient doivent représenter ce que vous souhaitez.
Cela signifie, qu'avec votre imagination, vous vous représentez vos objectifs comme si vous les aviez déjà réalisés, vous anticipez en quelque sorte l'avenir.

Vous vous représentez quelque chose comme si elle était déjà une réalité.

Vous vous représentez l'image de la personne que vous aimeriez être, comme si vous l'étiez déjà.
De cette manière, vous garantissez la réalisation de vos objectifs. En psychologie, on parle de "visualisation permanente d'une image mentale du moi idéal".

Choisissez la formulation positive
Combien de fois utilisons-nous des formulations négatives:
"Ce n'est pas mal. Ce n'est pas mauvais."
Nous utilisons donc la formulation négative pour exprimer quelque chose de positif. Ne serait-il pas mieux de dire:
"C'est bien."

Ou bien, prenons l'argent comme exemple :

Bien des personnes ont une attitude très négative face à l'argent. "L'argent ne rend pas heureux", "Les gens qui ont de l'argent sont tous menteurs", "L'argent sent mauvais", etc.… mais ce sont presque toujours des gens qui n'ont PAS d'argent qui disent cela !

Et c'est compréhensible: si vous étiez de l'argent, iriez-vous vers les personnes, qui vous disent que vous êtes mauvais, méchant et que vous ne sentez pas bon?

Mais trêve de plaisanterie, si vous considérez l'argent comme quelque chose de négatif, ne soyez pas surpris de ne pas en avoir. Le subconscient suit à la lettre ce que vous rejetez avec conviction.

L'argent n'est qu'un moyen de paiement! Le paiement d'un service rendu. Au lieu d'un troc avec des poulets et des vaches, nous faisons aujourd'hui des échanges avec de l'argent sous forme de pièces et de billets. Qu'y a-t-il de si mauvais à cela? L'argent aime les personnes qui réussissent et qui sont heureuses!

Mieux vaut être riche et heureux, que pauvre et malheureux!

Des commentaires comme "C'est un problème insoluble", "De jour en jour, cela va plus mal", "Je ne trouve pas de solution", "C'est sans espoir", "Je ne sais pas ce que je dois faire", "Je ne suis pas capable de faire cela", "Je ne serai jamais quelqu'un de bien", "Cela va assurément mal se passer", " Cela n'a de toute façon pas de sens", "Vous ne pouvez faire confiance à personne", "Qui croit encore à l'amour", etc… sont des suggestions qui nous font particulièrement mal.

En fait, nous devons maintenant décider, si le fameux verre d'eau est à moitié vide ou à moitié plein! Que l'on choisisse l'une ou l'autre des formulations, cela sera toujours correct. Mais si nous choisissons la formulation positive, notre état d'esprit, notre façon de regarder le monde, changera presque tout! C'est vous qui décidez si le monde est "mauvais" ou s'il est "bon".

Avec vos pensées, vous décidez, si de prime à bord les gens sont "mauvais" ou s'ils sont "bons"! Et c'est dans ce monde et avec ces gens que vous vivez.
Bien sûr, il se passe des choses négatives dans notre monde.

Mais est-il vraiment nécessaire, de constamment nous préoccuper d'actualités négatives? De nombreux journalistes pensent, que seules les mauvaises nouvelles sont de bonnes nouvelles! Et cela n'est pas la faute des journalistes, mais bien celle des lecteurs, des auditeurs et des téléspectateurs. Les informations sur les catastrophes naturelles se vendent tout simplement mieux. Est-ce vraiment si important, de constamment nous préoccuper d'informations négatives? Pouvons-nous affliger cela à nos enfants? Ne reçoivent-ils pas par là une image totalement fausse de notre monde?
Vous pouvez vous-même décider, qu'à l'avenir vous ne vous préoccuperez que de choses positives et prometteuses! Vous savez qu'il se passe des événements négatifs dans le monde, mais cela n'aura plus aucune influence sur vos pensées et sur vos idées!

Prêtez une attention toute particulière à l'éthique de vos objectifs
Lorsque vous vous fixez des objectifs, qui contredisent vos principes éthiques et moraux, votre subconscient ne les prendra pas en considération. Bien au contraire, votre subconscient empêchera leurs réalisations.

Il semble évident que les objectifs soient éthiques. C'est la condition pour que la réussite soit garantie et continue.

Nous vivons dans un monde libre. Mais la liberté d'un individu s'arrête là où la liberté des autres commence. Ou, comme le disait Emmanuel Kant dans l'impératif catégorique: "Agis seulement de sorte que tes actions deviennent en même temps une loi universelle".

Maintenir un équilibre entre donner et recevoir.
Vivre et laisser vivre est une bonne devise. Donner procure certainement plus de satisfaction que recevoir, mais celui que ne peut pas recevoir, ne laisse pas aux autres la possibilité de donner.

On peut uniquement donner, si d'autres personnes acceptent de recevoir.
Donnez avec les deux mains, mais acceptez aussi de recevoir, quand on vous donne quelque chose.
La Bible le dit dans une forme très simple:

"Ne fais pas *aux* autres *ce que* tu n'aimerais pas qu'*on* te fasse ...."

Le pouvoir de la répétition

Répéter une vision, est le moyen le plus efficace pour ancrer cette vision dans notre subconscient.

Comme nous le savons, nous devrions formuler nos objectifs, comme s'ils étaient déjà réalisés. Notre conscience va tout d'abord résister.

L'esprit, la raison constatera que cette affirmation n'est pas encore réalité. La logique de la conscience voudra donc conserver le contrôle et interdire à la vision de pénétrer dans le subconscient.

Mais, il existe un moyen efficace pour arriver à convaincre la conscience:

LA RÉPÉTITION!

Si vous répétez régulièrement une affirmation positive, votre conscience acceptera de plus en plus cette vision et permettra à celle-ci de pénétrer dans votre subconscient.

Tout d'abord, votre conscience répliquera avec des "réponses raisonnables", mais au fil du temps les objections de la conscience s'atténueront. L'exemple suivant montre comment, avec le temps, la conscience se laissera "convaincre".

Renforcement positif:	Réponses raisonnables:
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	En aucun cas. C'est risible.
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Qui veut te prendre dans ses bras.
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Absurde!!!
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Regarde la montée là-bas
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Regarde la caisse là-dehors, est-ce qu'elle t'appartient?
Moi, Jean j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Cette poubelle ne peut rien faire
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Je me sens totalement ridicule
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Ca ne sert à rien
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Elle ne peut rien faire
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Quel idiot je dois être pour avaler cette absurdité
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Laisse-moi rire
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	C'est stupide de faire ça
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Mais cela ne peut probablement pas nuire
Moi, Jean, j'ai une nouvelle Porsche 911 blanche	Je ne pense pas un instant, que je puisse recevoir une voiture comme celle-là
Moi, Jean, j'ai une	C'est vraiment une ânerie

nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Bien sûr, ce ne serait pas détestable
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Une nouvelle Porsche toute resplendissante
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Avec des options … tout en blanc
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Oh mon cher
nouvelle Porsche 911 blanche	Quelle absurdité
Moi, Jean, je possède une nouvelle Porsche 911 blanche	J'ai à peu près autant de chances d'avoir une 911, que …
Moi, Jean, je possède une nouvelle Porsche 911 blanche	Naturellement ce serait magnifique
Moi, Jean, j'ai une	La montrer à Helga
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Elle serait impressionnée
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Oh mon cher
nouvelle Porsche 911 blanche	Mais pas maintenant
Moi, Jean, j'ai une	Pas vraiment maintenant
nouvelle Porsche 911 blanche	
Moi, Jean, j'ai une	Peut-être une fois
nouvelle Porsche 911 blanche	C'est possible …

Avec le temps, les réponses logiques seront de plus en plus modérées et l'écart entre votre vision positive et la réponse de votre conscience s'amenuise.

Bien sûr, cela ne se fait pas du jour au lendemain. Mais vous constaterez qu'avec une répétition constante, que le "Peut-être que ... " ou "Oui, peut-être ... mais" devient de plus en plus dominant. Jusqu'à ce que vous obteniez une réponse comme celles-ci:

Renforcement positif:	Réponses raisonnables:
Moi, Jean, j'ai une	Je suis impatient

nouvelle Porsche 911 blanche

Moi, Jean, j'ai une

nouvelle Porsche 911 blanche

Ce sera fantastique

Maintenant je peux la voir

Moi, Jean, j'ai une

nouvelle Porsche 911 blanche

Je la recevrai. Je sais que cela se réalisera.

Moi, Jean, j'ai une

nouvelle Porsche 911 blanche

Intérieur cuir blanc

Moi, Jean, j'ai une

nouvelle Porsche 911 blanche

Cela ne durera plus longtemps…

Moi, Jean, j'ai une

nouvelle Porsche 911 blanche

Fantastique!!!

La liberté du choix de vos pensées est l'une des plus grandes opportunités de l'homme. Si nous sommes conscients du pouvoir et de la puissance de nos pensées et que nous savons comment utiliser ces énergies, nous aurons alors un nombre illimité d'opportunités. Et, nous pourrons ensuite décider de quoi sera fait notre vie!

Souvenez-vous toujours que **vos pensées**, vos idées **déterminent votre existence:**

La vision de la pauvreté,
vous rendra effectivement pauvre.

La vision de la réussite,
vous fera vraiment réussir.

La vision d'encourager l'amitié,
vous apportera des amis.

La vision de propager de l'amour et de le partager,
vous apportera l'amour.

CHAPITRE 2

PRATIQUE

Exercice 1
La liste de mes désirs
(Brainstorming)

Avez-vous des objectifs?

Si vous demandiez à 100 personnes, quels sont leurs désirs les plus forts, 98 vous diraient tout de suite, qu'ils ne peuvent pas mentionner d'objectifs concrets.

Après réflexion, la plupart des gens diront: la sécurité, l'argent, le bonheur, la célébrité, le pouvoir ou la reconnaissance sociale est ce qu'ils désirent le plus.

La plupart des gens n'ont pas d'objectifs concrets et encore moins de plan pour les atteindre. Mais comme nous le savons maintenant, des objectifs clairs et précis ont une importance vitale.

Si vous ne savez pas exactement où vous voulez aller, il est tout à fait possible que vous arriviez ailleurs!

Un petit exemple pour illustrer cela: Un homme se rend à l'aéroport le plus proche, et va au guichet d'une compagnie aérienne et demande un billet d'avion.

Le vendeur lui demande : **"Très volontiers, mais où désirez-vous aller?** "

L'homme répond: "**Oh, je veux aller dans un endroit où je peux être heureux. Un endroit où je pourrai trouver un bon emploi dans une bonne entreprise.**

Dans un endroit, où je pourrai créer une entreprise. Vous voyez, un endroit où je pourrai avoir un bon salaire. Et je veux aller dans un endroit, où ma famille se plaira. Pourquoi hésitez-vous? Donnez-moi donc un billet d'avion! Je suis prêt à mettre le prix."

Imaginez que vous soyez à la place de ce vendeur.
Que diriez-vous à cet homme?
Quel billet d'avion lui vendriez-vous?

En vérité, vous ne seriez pas en mesure de l'aider, parce qu'il ne peut pas vous dire, où il veut vraiment aller.

Ne se comporte-t-on pas de la même manière dans la vraie vie? Ne dites-vous pas souvent: "Je veux quelque chose. Je veux aller quelque part." Ne tenez-vous pas vous-même parfois des propos aussi vagues ?

Si vous n'avez pas une image claire et précise de votre objectif, vous ne pouvez pas vous attendre de le réaliser. Votre subconscient ne peut vous donner le billet du succès, que si vous savez, où vous voulez vraiment aller.

La définition exacte de vos désirs et de vos objectifs, est une partie essentielle de votre chemin vers le succès.

La plupart des gens échouent déjà à ce stade. Très peu de gens prennent le temps de définir des objectifs précis et concrets.

Ne faites pas la même erreur! Définissez soigneusement et aussi complètement que possible, vos désirs, vos aspirations et vos rêves!

Vous ne pouvez obtenir des résultats, que si vous avez préalablement créé les conditions favorables et nécessaires!

Il est aussi possible de montrer, l'importance des objectifs dans le domaine du sport. Qu'il s'agisse de football, de handball, de hockey, etc…, quel est l'objectif ultime de ces sports? Qu'est-ce qui détermine le succès ou l'échec?

Les buts sont l'élément crucial de ces jeux. Si on enlevait les buts du terrain, le jeu n'aurait plus aucun sens. Il n'y aurait que les va-et-vient stériles des joueurs.

Pour marquer des buts, on doit agir de manière réfléchie et délibérée. L'objectif est de gagner le match! Par conséquent, on doit faire un important effort mental et physique.

Les joueurs, qui ne se sentent pas concernés par le gain du match et qui ne désirent pas marquer de buts, perdent aux yeux du public toute justification de participer au jeu.

Cet exemple peut sans autre être appliqué à la vraie vie: les personnes qui ont des objectifs exceptionnels, les personnes qui poursuivent des objectifs créatifs, estimés et respectables, sont des personnes qui seront reconnues et respectées par leur environnement.

Vous n'avez que deux possibilités:

1. **Vous réalisez vos désirs.**

2. **Ou vous y renoncez.**

Mais quand vous prendrez votre décision, n'oubliez pas cela: les désirs sont "immortels". Si vous n'y croyez pas, faites l'exercice suivant:

Ne pensez pas à un éléphant. Surtout pas à un éléphant jaune à pois roses. ~~A~~ un éléphant avec un petit nœud autour de la queue. Concentrez-vous! Ne pensez pas à un éléphant!

Quel est le résultat de ce petit exercice?

Plus vous essayez de réprimer une vision, plus vous essayez de refouler une vision, plus vous y penserez.

Et ce désir deviendra de plus en plus important et attrayant pour vous.

Vous souvenez-vous de la fable de La Fontaine "Le renard et les raisins", que le renard ne pouvait pas atteindre? Acceptez vos rêves, vos espérances et vos désirs! Ayez le courage de faire des choix positifs!

Décidez maintenant de réaliser vos désirs!

Vous avez le droit de réaliser vos désirs!

Le secret universel du succès vous donne la possibilité, grâce à un système qui fonctionne, de permettre la réalisation de vos désirs.

Vous disposez d'un système, qui a fait ses preuves depuis des milliers d'années!

La liste de vos désirs

La condition préalable pour la réalisation de vos désirs est d'établir la liste de vos désirs.

C'est la première étape sur la voie du succès.

Pour établir la liste de vos désirs, faites l'exercice N° 1. La création de cette liste est extrêmement importante pour la suite de votre vie, encore beaucoup plus importante que ce que vous pouvez actuellement le penser.

Sans objectifs clairs et précis vous n'aurez pas de succès.

Nous avons deux catégories d'objectifs:

Les objectifs matériels et les objectifs immatériels.

Pour avoir du succès à long terme, vous devez avoir, en plus des ressources matérielles, des qualités et des caractéristiques personnelles. Que voulez-vous faire de beaucoup d'argent, si vous n'êtes pas heureux?

Un caractère équilibré, de bons amis et le respect et la confiance, que les gens vous témoignent, sont des facteurs décisifs, qui vous permettront de réussir votre vie.

Dans le brainstorming que vous ferez pour établir la liste de vos désirs, notez tous vos désirs et tous vos rêves, vos attentes matérielles et vos aspirations immatérielles.

Si vous fixez des objectifs, qui concernent aussi d'autres personnes, vous recevrez de l'énergie supplémentaire.

Plus vous donnerez d'énergie positive, plus vous en recevrez.

Ne fixez pas de limites, ne vous restreignez pas! Ecrivez dans ce premier jet vraiment tout ce qui vous tient à cœur.

Les objectifs matériels peuvent par exemple être:

Une maison, un penthouse, une activité d'indépendant, un revenu annuel d'un certain montant, une nouvelle voiture, une augmentation de salaire, etc ...

Les objectifs immatériels peuvent par exemple être:

Plus de confiance en soi, une plus grande créativité, une meilleure santé, une meilleure capacité de concentration, plus d'enthousiasme, une attitude positive, etc ...

Lorsque vous établissez la liste de vos désirs, faites attention qu'il s'agisse bien de désirs personnels. Ne vous laissez pas influencer. Vous ne pouvez être vraiment heureux et satisfait, que si vous avez identifié l'objectif de votre vie. Il ne suffit pas de reformuler toutes les idées qui viennent des autres.

L'exemple suivant devrait clarifier ce que l'on entend par là. Ecrivez dans la colonne de droite, l'image que vous suggère la notion correspondante.

Exemple: La notion: Un mois.
La réponse: Mai.

Ecrivez spontanément à quoi cette notion vous fait penser:

La notion	**Votre image**
Une couleur:	_____
Une fleur:	_____
Un instrument de musique:	_____
Un outil:	_____

Après avoir complété le tableau, comparez vos réponses avec celles données par la majorité des gens, à la fin de ce chapitre.

Avez-vous noté une ou plusieurs images, identiques à celles de la majorité des gens? S'agissait-il vraiment de vos propres pensées?

Dans notre "ordinateur bio", dans notre cerveau, il y a ce que l'on appelle des associations primaires. Ce sont des associations qui viennent à l'esprit à l'énoncé d'une notion connue.

C'est là que sont enregistrées ces fameuses redondances. Des mots, des noms, des idées ou des valeurs, que nous répétons sans vraiment réfléchir.

Fixez-vous des objectifs authentiques et personnels!

Pas de redondances!

Lorsque vous établissez la liste de vos désirs, vous devez porter une attention particulière aux points suivants:

1. **Ecrivez tout ce qui vous passe par la tête, tout ce qui vous paraît important**
   Notez les objectifs qui sont importants pour vous. Ne suivez pas les tendances à la mode. Vous ne devez pas impressionner certaines personnes. Vous êtes important! Seuls vos objectifs personnels comptent. Pas de fausse modestie, soyez honnête avec vous-même, n'écrivez que ce que vous voulez vraiment. Ne vous contentez pas de peu. En général, les gens grandissent avec leurs actions. Ne soyez pas trop modeste!

2. **Fixez des objectifs concrets, évitez les termes généraux**

   Deux exemples: Au lieu d'écrire un objectif vague "Je veux être riche", vous devez déterminer le revenu mensuel exact que vous voulez. Au lieu de "Voyager" vous devez mentionner une liste de destinations concrètes. Mentionnez de façon précise ce que vous voulez.

3. **Vos objectifs ne doivent pas nuire à d'autres personnes**

   Deux exemples: Si vous voulez vraiment épouser quelqu'un qui est déjà marié, cela va créer des problèmes. Si vous voulez gagner de l'argent en ruinant d'autres personnes, cela ne va pas bien se passer.

4. **Désirs modestes – résultats modestes**

   Ce qui distingue les personnes qui ont du succès du commun des mortels, c'est leur énorme enthousiasme et parce qu'elles s'identifient avec leurs objectifs.
   Pour atteindre vos objectifs, il vous faut beaucoup d'énergie et d'endurance. Ne vous laissez pas intimider et ayez chaque jour les mêmes motivations.
   Fixez des objectifs qui vous motivent vraiment. C'est uniquement avec de l'ardeur et de l'enthousiasme que vous atteindrez vos objectifs. Rappelez-vous : un désir fort ne suffira pas. En plus d'avoir un désir fort, celui-ci doit totalement vous motiver. Sans cela vous ne devez même pas commencer!

Remplissez soigneusement le tableau de la page suivante. Prenez tout le temps nécessaire - seul celui qui a des objectifs, peut aussi atteindre des objectifs!
Réponses de l'exercice, "spontanéité":

Couleur: *rouge /* ***Fleur:*** *rose /* ***Instrument de musique****: violon /* ***Outils****: marteau*

La liste de mes désirs

(Brainstorming)

Choses que je désire (désirs matériels)	**Comment je voudrais être** (désirs immatériels)

Exercice 2

Mes six plus importants désirs

La liste corrigée de vos désirs

Votre brainstorming achevé (Exercice 1), choisissez les trois plus importants désirs matériels et immatériels et écrivez-les dans le tableau de l'exercice 2 (mes six plus importants désirs).

Formulez vos six désirs les plus importants sous forme de lignes directrices. Ces devises doivent pénétrer dans "votre chair et dans votre sang". Avec d'autres exercices, je vous montrerai comment vous pouvez encore obtenir les meilleurs résultats. Mais vous devez tout d'abord choisir les six désirs les plus importants, des désirs qui vous motivent et qui vous tiennent vraiment à cœur.

Dans la formulation de votre devise, ajoutez toujours le terme:

"D'une manière parfaite »

Quelques exemples:

D'une manière parfaite , je gagne plus de 100.000 Euro.
D'une manière parfaite , les gens m'aiment.

C'est une bonne "soupape de sécurité". Notre subconscient, en coopération avec la conscience infinie, sait mieux que nous, ce qui est bon et idéal pour nous.

Développez un sentiment comme la "confiance en Dieu." Cela m'a vraiment aidé durant toute ma vie.

Il est fort possible qu'avec le temps, certains éléments que vous allez maintenant choisir, perdent toute leur importance. Cela est tout à fait normal. Vous changez, vos désirs et vos rêves changent.

Selon l’énergie que vous utilisez, vous aurez besoin d’un certain temps pour que vos désirs se réalisent. C’est précisément la raison pour laquelle, il est très important que vous choisissez maintenant six désirs, que vous devez conserver aussi longtemps que ces désirs ne se sont pas réalisés. C’est le seul moyen à votre disposition pour juger de l'efficacité du secret universel du succès. Si pendant un trajet en taxi, vous changez dix fois de destination, le pauvre chauffeur de taxi ne voudra plus vous conduire nulle part!

Formulez vos objectifs comme des faits établis, pas comme une possibilité. Formulez vos objectifs, comme si vous les aviez déjà atteints:

Ne dites pas: "**Je veux avoir confiance en moi.**"

Mais " **D’une manière parfaite, j’ai pleinement confiance en moi.**"

~~A~~ ce stade ne parlez pas avec d'autres personnes de vos objectifs, même pas avec vos amis. Ces personnes vous déstabiliseraient probablement. Et vous dépenseriez inutilement votre énergie. Une influence extérieure négative peut vous faire douter.

Vous avez très certainement aussi des détracteurs dans votre entourage.

Personnellement, j’ai toujours recherché le contact avec des personnes qui ont du succès. Que puis-je apprendre de quelqu'un, qui a moins ou juste autant de succès que moi? Comment cela ne marche pas? N'importe quel idiot peut vous dire, comment cela NE marche PAS! Dans ma vie, la plupart des conseils ont plutôt été des coups bas que de conseils ... Je ne peux effectivement apprendre, que des personnes qui ont obtenu, ce que je veux atteindre!

Vous devez être totalement convaincu de vos objectifs, de vos désirs, de vos rêves et de vos espérances. Une personne qui ne rêve plus, est en fait déjà morte. Vous devez avoir le courage de rechercher les bonnes choses. C’est seulement comme cela et avec l’énergie nécessaire que vous pourrez atteindre vos objectifs.

MJF = Mon Jugement Fidèle!

Ne vous laissez pas influencer ou décourager par les remarques d'autres personnes. Nous avons tous des hauts et des bas. Il ne faut pas avoir honte de tomber, il faut juste avoir honte de ne pas se relever.

Donc, si vous n'arrivez pas à faire quelque chose immédiatement, essayez encore, jusqu'à ce que cela marche! Chaque échec porte le germe d'un succès encore plus grand. Les problèmes sont uniquement des opportunités bon marché en survêtements de travail!

Mes six plus importants désirs

Mes trois plus importants désirs immatériels
1.
2.
3.

Mes trois plus importants désirs matériels
1.
2.
3.

Exercice 3
Le poster de mes désirs

Pour nourrir notre subconscient avec des images claires et explicites, nous devons apprendre à transmettre des images très précises, qui montrent en détail ce que nous voulons réellement.

Pour former notre imagination, nous pouvons utiliser des images et des illustrations existantes. Si nous disposons de telles images, il nous sera plus facile de les faire défiler dans notre esprit.

Pour ce faire, créez le "poster de vos désirs". Vous trouverez tout le matériel pour le poster de vos désirs dans des revues, dans des magazines de mode, dans des brochures de voyage et dans d'autres catalogues.

Après un certain temps, vous devriez être en mesure de visualiser les images du poster de vos désirs, sans même avoir le document devant vos yeux.

Découpez les plus impressionnantes et attrayantes images et collez ces images sur un carton dur de la taille d'un poster. Accrochez le poster de vos désirs chez vous, dans un

Sur ce poster, il devrait y avoir toutes les illustrations, qui vous permettront de vous connecter à la réalisation de vos désirs.

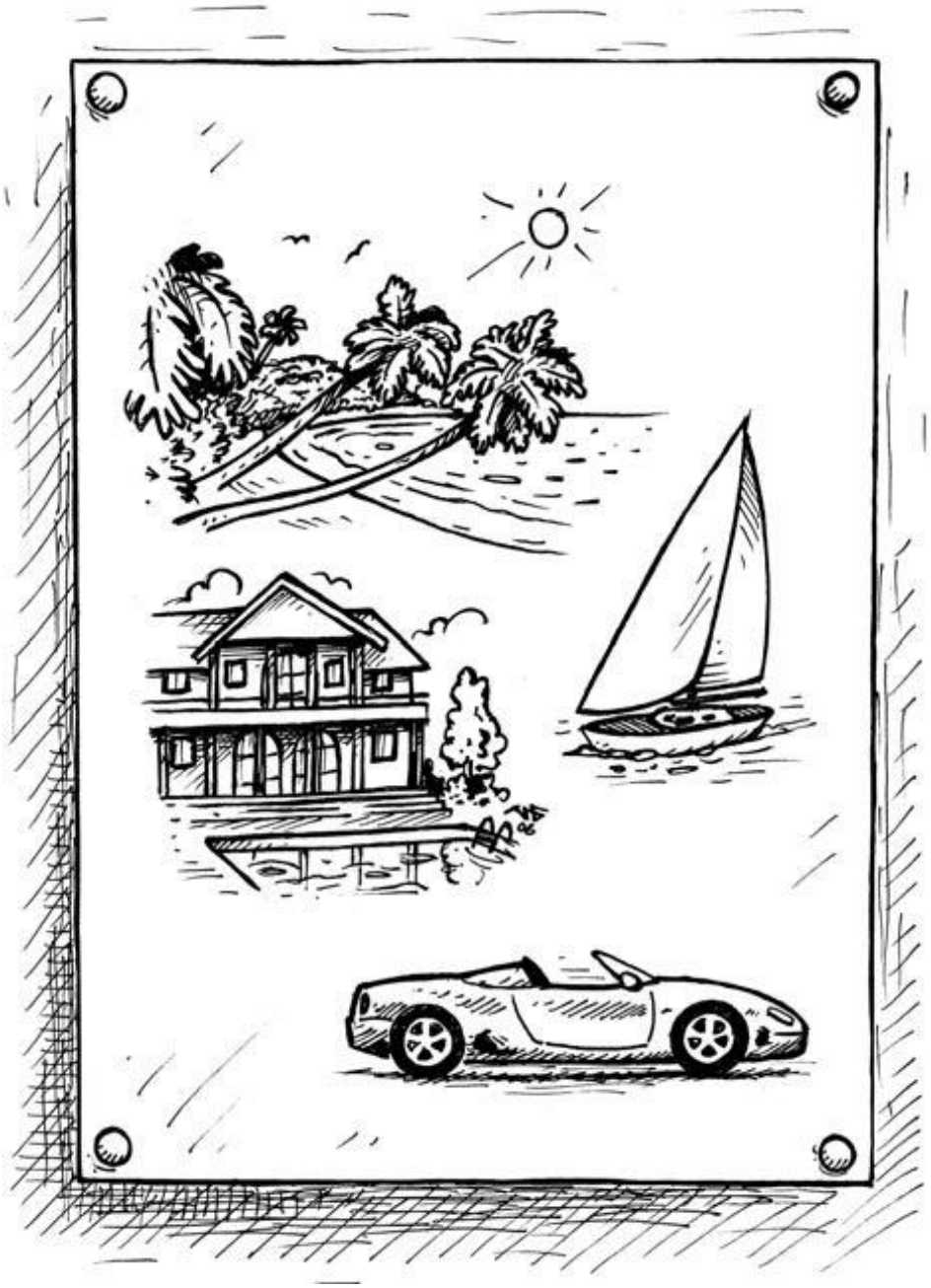
Imaginez que vous figurez dans ces images, imaginez que vous êtes la personne représentée dans ces images.

Laissez libre cours à votre imagination.

Identifiez-vous avec ces images, qui vous rapprochent de vos objectifs personnels.

Si vous regardez fréquemment le poster de vos désirs, vous serez rapidement en mesure de visualiser, même avec les yeux fermés, toutes les scènes représentées sur le poster de vos désirs.

Plus vous arrivez à intérioriser vos objectifs et à vous les représenter mentalement, plus vous transmettrez d'énergie émotionnelle concernant vos objectifs à votre subconscient et plus vite vos désirs se réaliseront.



Exercice 4
Le journal

Tenez un journal

Notez vos objectifs, vos expériences quotidiennes, les résultats et les conclusions que vous en tirez dans un journal.

Essayez d'inscrire en quoi la journée a été bonne. Vous serez ainsi amené à vivre plus intensément.

Car une journée ressemble fortement à la vie:

Réveil = Naissance.
Quotidien = Vie.
Endormissement = Mort.

C'est la raison pour laquelle on dit que le sommeil est le "petit frère" de la mort. **Chaque jour est une vie.**

Essayer de vivre chaque "vie", donc chaque jour le mieux possible.

A partir du moment où vous évaluez chaque jour, vous ne vivrez plus de jours "sans".

Astuce: Utilisez un agenda au format A5, avec une page pour chaque jour. Ces agendas ne coûtent que quelques Euro. Avant de vous coucher, écrivez encore une fois vos 6 plus importants désirs (Exercice 2).

De cette façon vous intérioriserez encore plus vos désirs et votre subconscient sera de plus en plus convaincu que vous voulez vraiment atteindre ces objectifs. Vous pouvez aussi copier le modèle qui se trouve sur la dernière page de cet exercice.

Numérotez chaque jour d'exercice (1er jour d'exercice , 2ème jour d'exercice ...

En lisant vos désirs à haute voix, vous pouvez encore renforcer cet effet.

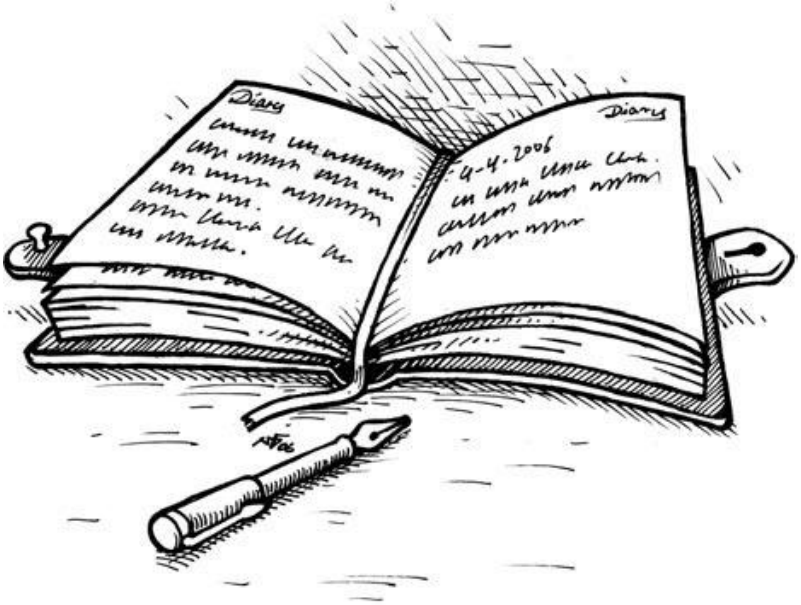
Lorsque vous avez écrit vos désirs, vous avez utilisé le sens du toucher comme un amplificateur et quand vous les lisez à haute voix, vous ajoutez le sens de l'ouïe.

Comme vous le savez, au commencement il y avait un mot ...
Créez en plus une devise personnelle. Cette ligne directrice doit vraiment pénétrer dans votre chair et votre sang.

Exemples de devises

D'une manière parfaite je ré-ussi au moins 51 pourcents de tout ce que J'entreprends dans la vie.

D'une manière parfaite, je connais de jour en jour plus de succès.
Idéalement, je réussi tout ce que je dis, pense et fait .
D'une manière parfaite et à tout point de vue, pour moi tout va mieux de jour en jour.



Conservez soigneusement les agendas de vos succès. Sur la base de ces récapitulations vous pourrez tirer les enseignements de votre développement personnel et vous pourrez aider d'autres personnes à réaliser des progrès similaires.

Jour d'exercice N°:____ Date: ____/____/_____

Ma devise personnelle:

_____

_____

_____

Mes objectifs:

_____

_____

_____

_____

_____

Expériences / Observations / Enseignements:

_____

_____

_____

_____

_____

Exercice 5
Créez un livre de motivation audio

Le "livre de motivation audio" est une des meilleures façons d'introduire vigoureusement nos trois plus importants objectifs matériels et nos trois plus importants objectifs immatériels dans notre subconscient.

Faites pénétrer vos désirs profondément dans votre chair et dans votre sang

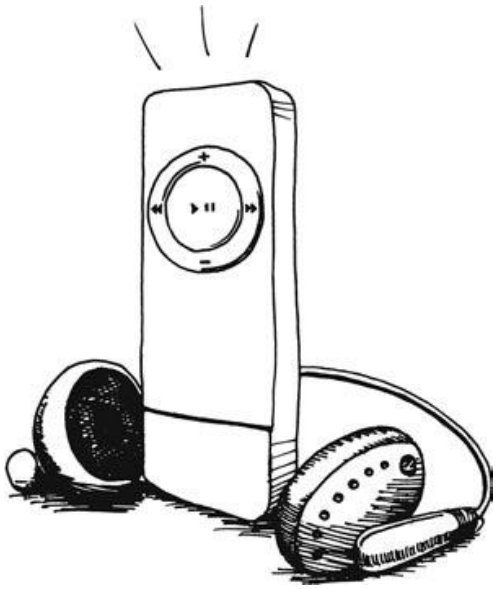
Vous pouvez utiliser une cassette, un CD, un fichier mp3 ou n'importe quelle autre technique.

Si vous utilisez, par exemple, un fichier audio sur un lecteur mp3, vous pouvez créer une "boucle", de sorte que le texte soit automatiquement et continuellement diffusé.

Écoutez votre livre de motivation audio aussi souvent que possible!

Réfléchissez, vous trouverez de nombreuses occasions pour écouter votre livre de motivation audio.

Lorsque vous êtes occupé à des tâches ménagères ou pendant vos loisirs, n'écoutez-vous pas fréquemment de la musique de fond? Lorsque vous vous rendez ou revenez du travail, combien de temps passez-vous dans votre voiture?



Utilisez tous ces moments! Profitez de ces occasions pour écouter votre livre de motivation audio en arrière-plan!

Durant la nuit surtout, votre subconscient est particulièrement réceptif! Utilisez les moments avant de vous endormir! Selon le dicton:
"Le Seigneur comble son bien-aimé quand il dort".

Ce sont juste quelques possibilités de créer un fond sonore efficace et suggestif. En réfléchissant, vous trouverez certainement bien d'autres possibilités.

Pour obtenir des résultats hors normes, vous devez utiliser des méthodes hors normes! Si vous avez encore des doutes sur l'efficacité considérable de cette méthode de suggestion, vous serez surpris lorsque vous l'utiliserez!

Exercice 6
1 minute de méditation

Il s’agit d’un exercice efficace, que vous pouvez faire tous les jours, dans de nombreux endroits et à plusieurs reprises.

L'exercice ne prend qu'une minute!

Cet exercice est particulièrement bien adapté pendant les phases de fatigue. De plus, nous enrichissons notre respiration avec des suggestions positives.

Installez-vous confortablement sur une chaise, allongez-vous sur un canapé ou sur un lit. Desserrez tout ce qui vous gêne: chaussures, ceinture, cravate, etc ...

Détendez-vous.

Les pensées vont et viennent.

Respirez doucement et régulièrement.

Ressentez votre respiration.

Faites complètement confiance à cet automatisme. Votre bouche est fermée, vous respirez par le nez.

L’exercice se trouve sur la page suivante.

Lorsque vous inspirez,

dites:	J’inspire le calme
Expirez:	Toutes les contrariétés et le stress sortent
Inspirez:	J’inspire la santé
Expirez:	Toutes les maladies
Inspirez:	Succès
Expirez:	Tous les échecs
Inspirez:	Confiance
Expirez:	Toutes les appréhensions
Inspirez:	L’amour du prochain
Expirez:	Jalousie et haine
Inspirez:	Calme et tranquillité
Expirez:	Toutes les tensions
Inspirez:	Premier désir immatériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes
Inspirez:	Deuxième désir immatériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes
Inspirez:	Troisième désir immatériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes

Inspirez:	Premier désir matériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes
Inspirez:	Deuxième désir matériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes
Inspirez:	Troisième désir matériel
Expirez:	Toutes les appréhensions et tous les doutes

Après l'exercice, vous serez détendu et reposé et prêt à recommencer votre activité.

Exercice 7
Exercez la réalisation de vos désirs

Dans cet exercice, vous apprenez à connaître les caractéristiques de vos désirs aussi précisément que possible. Clarifiez la nature et l'apparence de vos objectifs.

Deux exemples:

1. Informez-vous chez le plus grand concessionnaire automobile de votre ville, sur les plus attractifs et les plus luxueux modèles. Regardez autour de vous, examinez différentes voitures, jusqu'à ce que vous soyez certain du type de voiture que vous voulez. Quelle est la voiture de vos rêves? Et si vous en avez l'opportunité, demandez si vous pouvez l'essayer.

2. Informer vous auprès d'une agence immobilière sur les maisons, appartements et villas à vendre. Visitez plusieurs de ces objets pour vous permettre de vous faire une idée précise de la maison de vos rêves.

Ce sont juste deux exemples, qui vous montrent comment conceptualiser vos désirs en détail. Vous ne devriez pas avoir de problèmes, pour trouver d'autres domaines et procéder de manière similaire. Ne vous fixez pas de limites, soyez toujours conscient de la puissance de votre subconscient. Familiarisez-vous avec vos désirs et vos rêves. Cela vous permettra également d'augmenter votre motivation.

Exercice 8
Restez sain de corps et d‘esprit

Causes psychiques – effets physiques

De nombreux experts pensent qu'environ 90 pourcents de toutes les maladies proviennent de perturbations mentales.

Sur un plan physique, comme par exemple dans le cas d’un bras cassé, on ne peut pas imaginer que la cause puisse avoir une origine psychologique.

Peut-être que cette personne avait le désir inconscient d'éviter une activité ou une responsabilité particulière. Le bras cassé est en fait une échappatoire bienvenue.

Grâce à cet accident cette personne a une excuse valable pour ne pas agir.

C’est un exemple aux conséquences plutôt bénignes d’un problème physique, qui est essentiellement de nature psychosomatique.

Je me suis moi-même cassé un pied à l’âge de 7, 14 et 21 ans. Et je me souviens encore très bien. C'était comme si avec cet accident, je voulais m’accorder un "temps mort". Je n’ai réalisé ce lien de cause à effet qu’après mon troisième accident, et j’ai finalement décidé, que le prix à payer pour ce temps mort était tout simplement beaucoup trop élevé.

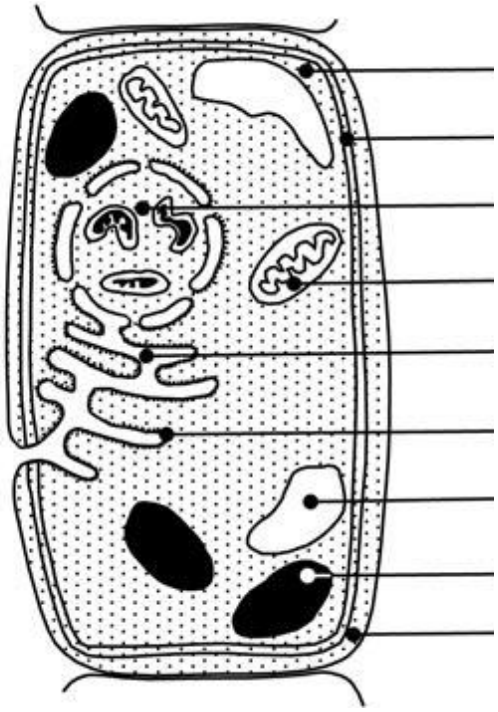
Des études ont montré, que des personnes pouvaient devenir aveugles ou être paralysées simplement parce qu'elles voulaient échapper à une activité. On ne doit pas sous-estimer l’autosuggestion.

Dire rapidement "je ne peux plus te voir ... " est une programmation dangereuse du subconscient.

Un mal physique peut aussi être une autopunition inconsciente, avec pour véritable origine un sentiment de culpabilité rejeté ou proscrit.

L'univers des cellules

Dans un chapitre précédent, nous avons vu, que la matière est uniquement de l'énergie. Dans ce contexte, analysons maintenant l'univers des cellules et observons un neurone de plus près.



Il se compose d'environ 100 millions de "mitochondriomes", qui sont une sorte de petites centrales électriques composées de petits grains juxtaposés dans le cytoplasme de la cellule et qui produisent et stockent de l'énergie.

Elles transportent en moyenne 2.000 électrons par unité et chaque particule est constituée de quelques milliers de molécules. Par ailleurs, la molécule est constituée d'atomes, qui se renouvellent continuellement.

Une cellule est donc aussi quelque chose en constante évolution, une créature très complexe avec un corps, un cerveau et un système nerveux. Toutes les cellules sont reliées entre elles par une sorte de système de fils électriques.

La cellule répond à des pulsions physiques et émotionnelles.

Le Dr Magnus Pyke et John K. Williams sont arrivés à la conclusion, que seule la partie subconsciente de notre esprit, est à la source de toutes les pensées créatrices et pourrait être le pilote de tous les processus cellulaires.

Le subconscient est en contact direct avec notre "esprit cosmique".

Lorsque nous établissons un contact avec cet "esprit cosmique", nous devrions pouvoir influencer positivement les cellules de notre corps via le subconscient et le système endocrinien.

Lorsqu'en méditant, nous laissons circuler la puissance des pensées positives, émotionnelles et dynamiques dans notre corps, nous en sommes conscient et nous pouvons influencer les champs énergétiques spirituels dans les atomes. Raison pour laquelle nous parlons "de l'intelligence et de la réactivité" des organes.

Nous devons toujours considérer positivement notre "santé, bonheur et bien-être" pour contrôler l'univers de nos cellules, garant de notre santé.

Sur cette base, le miracle d'une guérison spirituelle n'en serait plus une, mais serait uniquement dû au fait qu'avec des pensées positives, nous avons exercé une influence sur la structure cellulaire.

Les mois deviennent des jours, les jours deviennent des minutes. Nous pouvons être notre propre guérisseur spirituel, si nous prenons conscience des pouvoirs qui sommeillent en nous.

Le “langage physiologique" du subconscient

Dans un chapitre précédent, nous avons vu que le langage du subconscient ne s’exprime pas par des mots, mais par des images.

En dehors du langage des images, le subconscient a également un langage physiologique.

Voyons cela avec un simple exemple:
Parce que ses deux parents travaillent, un enfant se retrouve souvent seul à la maison. L'enfant ne reçoit pas assez d'attention et d’amour.
Un jour, l'enfant tombe malade et doit garder le lit.
L’enfant reçoit alors beaucoup plus d'attention qu’auparavant : sa mère reste à la maison, son père passe beaucoup de temps avec lui quand il rentre du travail, et ses grands-parents viennent plus souvent en visite.
L'enfant reçoit maintenant plus d'amour et d'attention, il reçoit même des cadeaux.

Le subconscient note et enregistre l’information suivante, à première vue une constatation paradoxale: "Quand je suis malade, alors je vais bien".

20 ou 30 ans ont passé. La même personne est souvent seule, n’a pas assez de reconnaissance dans sa vie professionnelle et privée, elle manque d'attention et de récompense.

Soudainement et sans raison apparente, cette personne tombe malade. Le subconscient essaie de satisfaire le besoin d'attention, d'affection et de reconnaissance de cette personne. Dans les expériences qu’elle a faite dans son enfance, cette personne a enregistré l’information suivante: "quand je suis malade, alors je vais bien".

Elle essaie alors, à travers l'influence d'un organe particulier, de reproduire cet état de satisfaction et de bonheur.

Rappelons-nous: contrairement à la conscience, le subconscient n’a pas d’esprit critique. Il ne fait pas de distinction entre ce qui est bon et ce qui est mal, il n’a qu’un seul objectif, satisfaire le désir de la personne. Peu importe la manière.

Ce cas décrit clairement les effets d'un trouble psychologique sur l’état physique d'une personne. Et si maintenant on prescrivait des médicaments à cette personne, cela ne servirait à rien.

Il nous faut donc toujours découvrir les causes réelles d’une maladie. Si dans votre voiture le témoin lumineux de la pression d'huile s’allume, vous ne répondez pas à ce signal, en collant du ruban adhésif sur le témoin lumineux pour agir uniquement sur les effets. Mais vous rajoutez de l’huile pour éliminer la cause réelle du problème.

> **Si à l'aide du langage physiologique, le subconscient peut rendre une personne malade, il peut aussi assurer (par le même moyen) que l’individu reste en bonne santé.**

Dans ce contexte, des études ont montré que les femmes avec des enfants en bas âge, les indépendants et les personnes qui ont du succès dans leur vie professionnelle ou dans leur vie privée, sont beaucoup moins malade que les autres personnes. Ces groupes de personnes sont moins sujets aux maladies de toutes sortes.

Inversement, il est fort possible que des personnes puissent tomber malade, sur la base d’une simple imagination.
Les étudiants en médecine, par exemple, ont souvent les symptômes des maladies qu’ils étudient.

En raison d’une étude intense de la maladie, il s’est créé un réel climat de suggestion, qui a eu un fort impact sur le subconscient.

Une sorte de fil rouge que l’on retrouve dans toutes les études médicales et psychologiques: les personnes qui ont une attitude positive, sont très rarement malade. Et, si elles tombent malades, alors le processus de guérison est beaucoup plus rapide que pour les personnes qui ont des sensations négatives, comme la peur, le doute et l'incertitude.

Le docteur **Ingrasci** a souligné l'importance cruciale d'une attitude mentale positive pour la guérison d'une personne:

"C'est comme s'il y avait une force naturelle, qui assurerait la restauration de notre état de santé dès que nous réussissons à briser les barrières d'une attente négative."

En d'autres termes, cela veut dire que:

Chaque personne est capable de "penser" sa santé.

Dans un chapitre précédent, nous avons déjà vu, que dans notre corps, environ deux milliards de cellules meurent chaque jour. Avant leur mort, ces cellules assurent, en se divisant, un remplacement équivalent.

Chaque cellule nouvellement formée est automatiquement programmée avec le contenu et la qualité de vos pensées, indépendamment du fait que celles-ci soient positives ou négatives.

Avec l'orientation de votre pensée, vous pouvez donc décider de la qualité et du caractère de vos cellules.

L'état d'esprit dans lequel vous vous endormez a une importance cruciale, parce que le processus de reconstitution des tissus et la formation des cicatrices se font principalement pendant le sommeil.

Avant de s'endormir, il est donc très important d'avoir des pensées et des réflexions positives.

Utilisez cela pour exercer une influence positive sur vos cellules afin d'être en bonne santé mentale et physique!

Effectuez fréquemment l'exercice de "l'auto-guérison spirituelle". Cela vous permettra de conserver une bonne santé mentale et physique. Si vous avez un petit "rhume", le processus de guérison n'en sera que plus rapide.

Demandez-vous, si ce serait bien qu’une maladie physique se manifeste , "simplement parce que vous en avez marre ..." de quelque chose ou de quelqu'un ...

Exercice 9
Auto-guérison spirituelle

Allongez-vous et détendez-vous. Calmez vos pensées.

Imaginez que votre corps se connecte, sous la forme d'un pont de lumière, à l'énergie créatrice universelle (ou Dieu si vous voulez).

Un pont de lumière vous relie à l'énergie créatrice universelle. De l'énergie inépuisable coule à haute fréquence dans votre corps.

Imaginez que votre corps tout entier est inondé de lumière. L'énergie créatrice universelle inonde chacune de vos cellules.

Imaginez comment la lumière réorganise toutes vos cellules, qui retrouvent leur fonction initiale.

Vous pouvez presque sentir physiquement, comment cette énergie universelle circule dans votre corps et guérit tout à la perfection.

Les cellules faibles ou malades se régénèrent et sont idéalement de nouveau en bonne santé. Faites défiler des pensées et des images d'harmonie, de santé, de paix et de bonne volonté, et le miracle entrera dans votre vie.

Lorsque vous sentez cette harmonie, ce calme et ce bonheur de parfaite santé, remerciez l'énergie créatrice universelle (ou Dieu), arrêtez l'exercice et ouvrez les yeux.

Conseils supplémentaires

Si vous êtes actuellement malade, oubliez votre maladie pendant tout l'exercice, et imaginez la belle sensation d'être en parfaite santé.

Vous pouvez aussi imaginer qu'après l'exercice la connexion de lumière est maintenue jusqu'à ce que chaque cellule soit guérie et jusqu'à un rétablissement total.

Le bouclier de la méditation

Pour vous protéger et ne pas tomber malade, vous pouvez également effectuer une méditation bouclier protecteur:

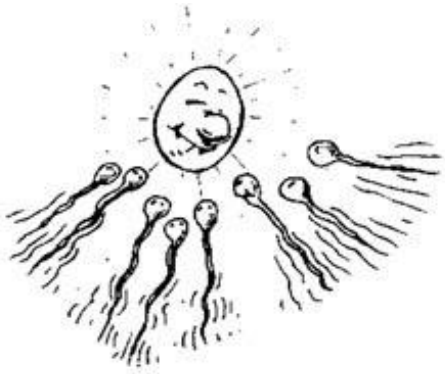
Imaginez que vous êtes encerclé d'énergies. Seules les énergies positives peuvent traverser ce cercle d'énergie et vous atteindre.

Le bouclier repousse automatiquement toutes les énergies négatives dans l'univers infini où elles se perdent (nous repoussons délibérément ces énergies négatives dans l'espace, car normalement elles rebondiraient et reviendraient à l'expéditeur, mais nous ne pouvons pas faire cela à l'expéditeur, parce qu'il/elle a suffisamment de problèmes ... "Parce qu'ils ne savent pas ce qu'ils font ...").

La même chose s'applique à nos propres pensées et à nos propres énergies: Seules les pensées et énergies positives restent dans votre environnement, le bouclier repousse directement les énergies négatives dans l'univers infini, où elles se perdent.
La puissance de votre imagination ne connaît aucune limite. Pensez uniquement aux images qui vous permettront de rester en bonne santé mentale et physique.

Epilogue
Vous êtes né gagnant

Avez-vous déjà pensé à ce qui s'est passé avant votre naissance? Réalisez-vous que vous avez déjà dû vous battre avant votre naissance?



Plusieurs millions de spermatozoïdes ont été impliqués dans cette bataille et vous avez gagné!

Vous devez garder cela à l'esprit: Une seule cellule, parmi des millions est sortie victorieuse de cette bataille.

Celle dont vous êtes issu! Une course très rapide. **Et vous avez été le plus rapide, le plus fort, le meilleur. Vous étiez le gagnant!** C'est comme cela que la vie de la personne la plus importante pour vous a commencé: vous êtes vivant!

Etes-vous conscient des fondements de votre vie:

Les chromosomes de vos spermatozoïdes possédaient toutes les caractéristiques physiques et mentales, héritées de votre père et de tous ses ancêtres. Les chromosomes dans le noyau de l'ovule contenaient toutes les caractéristiques héréditaires de votre mère et de ses ancêtres.

La vie de vos parents a déjà été le résultat d'une très longue bataille. Pendant plus de deux milliards d'années de nouvelles victoires ont dû être remportées, avant l'apparition de cette condition.

Et puis, à l’issue de ce long processus, quelque chose de spécial est arrivé: Le spermatozoïde le plus rapide et le plus sain s’est uni à l'ovule. Votre spermatozoïde a conclu cette union pour former une nouvelle cellule vivante. **Vous êtes né gagnant!**

Quelles que soient les difficultés que vous rencontrez: ces problèmes sont infimes en comparaison des obstacles que vous avez dû surmonter au moment de votre conception!

Gagner est inné à chaque personne.

Final
Sagesse, proverbes, traditions, suggestions, pensées

Avoir du succès dans la vie signifie :

Rire beaucoup,

Gagner l'amour des enfants,

Supporter la trahison des faux-amis,

Rendre le monde un peu meilleur que ce qu'il était avant notre naissance,

Améliorer les conditions sociales ou aider une personne à guérir,

Savoir qu'on respire mieux depuis que tu vis,

C'est cela le succès !

Ralph Waldo Emerson

La réponse à un échec ne peut être qu’un succès!
Il ne faut pas avoir honte de tomber, il faut uniquement avoir honte de ne pas se relever.

La réussite vient de résultat
Les difficultés sont de bonnes opportunités en survêtements de travail!
Le succès ou l'échec sont plus probablement le résultat de notre attitude mentale que le résultat de nos capacités mentales.

Que doit-on faire pour avoir du succès?
On doit FAIRE quelque chose pour avoir du succès!
Se réunir est un début.
Rester ensemble est un progrès.
Travailler ensemble est la réussite.
Henry Ford

Le succès est une obligation, le pouvoir est une responsabilité.

Seul celui qui aime son travail, a aussi du succès.

Celui qui n’a pas de succès dans sa vie, n'a pas besoin d’être considéré comme un idéaliste.
Henry Miller

Celui qui n’a pas de succès, fait pitié.
Celui qui a du succès, est envié.

L’envie est à l’origine de 99 % de toutes les critiques.
Toute réussite nous donne un ennemi.

Si vous voulez être populaire, il faut être médiocre.
Oscar Wilde

Le succès souri surtout à ceux qui agissent avec audace, pas à ceux qui évaluent tout et ne tentent rien.
Hérodote

Celui qui a du succès commence là où celui qui n’a pas de succès abandonne!

Les échecs sont toujours des résultats intermédiaires.
Prof. Kurt Tepperwein

Chaque grande défaite porte en soi les germes d'un succès encore plus grand !
Langage populaire

On ne devient pas riche grâce à l'argent qu’on gagne, mais grâce à l'argent qu’on économise !

Les compétences ne peuvent être attestées que par l’action.
Ebner-Eschenbach

Montre-moi tes amis et je te dirai qui tu es !

Le bonheur de l'homme est proportionnel à son comportement.
Les gens ont une certaine image de soi. Ils deviennent comme ils se voient.
Exactement comme ils se s'imaginaient.

Désormais je m’occuperai exclusivement de choses positives et prometteuses!
Je sais qu’il y a beaucoup de choses négatives dans le monde, mais elles n'auront aucun pouvoir sur mes pensées et sur mes idées!

Il est plus facile de dire du bien des personnes détestables, que de dire du mal des gens bien .

Dieu ne classe pas les prières en fonction de la religion.
Il faut plus de courage pour changer d'opinion, que de lui rester fidèle.
Hebbel

Celui qui pense du bien des gens, devient meilleur.
Keller

La liberté de l'homme est dans la liberté de son choix de penser!
C'est sa vraie liberté!

Ce que vous pensez et faites aujourd'hui détermine votre futur.

Il n'y a pas de fatalité, vous créez votre destinée par ce que vous pensez et faites aujourd'hui.
C'est donc à vous de décider si votre avenir sera positif ou négatif.

Faites bien attention de ne pas toujours vous lamenter et vous plaindre!
Pour tout ce que vous faites, pour toutes vos actions vous avez besoin de force et d'énergie.

La question est uniquement de savoir comment vous utilisez cette énergie. Pour ou contre quelque chose? Vous plaignez-vous, réclamez-vous ou faites-vous quelque chose d'utile, quelque chose de prometteur?

Ne commencez pas l'année prochaine. Ne commencez pas le mois prochain. Pas la semaine prochaine. Pas demain.
Commencez **MAINTENANT!**

La lumière est toujours plus forte que l'obscurité.
Seuls ceux qui nagent à contre-courant arrivent à la source et trouvent de l'eau propre.

Le motif principal de la vie est la perfection de l'esprit. Comme on ne peut connaître l'esprit que par le conscient, le chemin qui mène à l'objectif est de se servir du conscient.

Tout le monde peut critiquer, peu de personnes peuvent faire mieux.
L'envie engendre 99 % de toutes les critiques.
Des désirs modestes amènent des résultats modestes.
L'esprit ne connaît pas de limites, sauf celles que vous fixez.

Faites ce que vous appréhendez de faire et finalement votre peur aura disparu.
Emerson

Si vous regrettez du fond du cœur le mal que vous avez injustement fait à d'autres personnes et que du fond du cœur vous pardonnez à toutes les personnes le mal qu'elles vous ont injustement fait, vous serez alors totalement libre. Vous pouvez vous libérer de la roue du karma.

C'est le véritable enseignement de la doctrine du salut de Jésus.
Ne jugez point pour que vous ne soyez point jugés. Car on vous jugera du jugement dont vous jugez et l'on vous mesurera avec la mesure que vous utilisez.
Bible, Matthieu

Fais attention à tes pensées, elles deviennent des paroles ...

Fais attention à tes paroles, elles deviennent des actions ...

Fais attention à tes actions, elles deviennent des habitudes ...

Fais attention à tes habitudes, elles deviennent ton caractère ...

Fais attention à ton caractère, il détermine ton destin ...

Un voyage de milliers de kilomètres commence aussi par le premier pas. Fais attention à tes pensées, elles sont le commencement de tes actions.
Proverbe chinois

Connaissez-vous d'autres aphorismes, citations, maximes, proverbes, suggestions ou idées qui illustrent le secret universel du succès ?

Je vous remercie de bien vouloir me les envoyer à info@helmut-ament.de.

Le credo des optimistes internationaux

"Je promets :

D'être fort au point que rien ne puisse troubler ma sérénité d'esprit;

De parler de santé, de bonheur et de prospérité à toute personne que je rencontrerai;

D'inculquer à mes amis la confiance en eux-mêmes;

De ne considérer que le bon côté des choses en véritable optimiste;

De ne songer qu'au mieux, de ne travailler que pour le mieux et de n'espérer que le mieux;

De manifester autant d'enthousiasme pour les succès des autres que pour les miens;

D'oublier les erreurs passées et de voir à faire mieux à l'avenir;

D'avoir toujours l'air gai et de sourire à toute personne que je rencontrerai;

De consacrer tant de temps à m'améliorer moi-même que je n'aurai pas le temps de critiquer les autres;

D'être trop magnanime pour me tracasser, trop noble pour m'irriter, trop fort pour craindre et trop heureux pour me laisser troubler."

Desiderata

« Reste calme au milieu du bruit et de l'impatience et souviens-toi de la paix qui découle du silence.

Autant que tu le peux, mais sans te renier, sois en bons termes avec tout le monde. Dis ce que tu penses, clairement, simplement et écoutes les autres, même les sots et les ignorants, eux aussi ont quelque chose à dire.

Evite les gens grossiers et violents car ils ne sont que tourments pour l'esprit. Si tu te compares aux autres, tu risques de devenir vaniteux ou amer, vu qu'il y aura toujours quelqu'un de plus grand ou de plus petit que toi.

Sois fier de ce que tu as fait et de ce que tu veux faire.

Aime ton métier, même s'il est humble; c'est un bien précieux en notre époque trouble.

Sois prudent dans tes affaires, car on pourrait te jouer de vilains tours. Mais que ceci ne te rende pas aveugle à ce qu'il y a de beau; bien des gens luttent pour un idéal et, partout sur la Terre, on fait preuve de courage.

Sois toi-même, surtout dans tes affections.

Fuis par-dessus tout le cynisme en amour, car il persiste même après avoir desséché ton cœur et désenchanté ton âme.

Permets-toi de t'enrichir de l'expérience des ans, te défaisant progressivement de tes puérilités. Affermis-toi pour faire face aux malheurs de la vie.

Mais ne te détruis pas par une imagination maladive; bien des peurs prennent naissance dans la fatigue et la solitude. Malgré la saine discipline qui s'impose, sois bon envers toi-même.

Tu es un enfant de l'univers, tout comme les arbres et les étoiles: tu as le droit d'être ici. Et même si cela n'est pas clair en toi, sois assuré que tout se passe dans l'univers selon ses règles propres. Par conséquent, sois en paix avec ton Dieu, quelle que soit en toi son image. Et par-delà tes peines et tes aspirations, au milieu de la confusion de la vie, sois en paix avec ton âme.

Dis-toi qu'en dépit de ses faussetés, de ses ingratitudes, de ses rêves brisés, le monde est tout de même merveilleux.

Répands la bonne humeur. Et tâche d'être heureux. »

En latin Desiderata signifie "things to be desired" "quelque chose à désirer." Poème écrit en 1927 par Max Ehrmann (1872-1945), reproduit et diffusé par le pasteur et recteur américain Frederick W. Kates sur le papier à lettre de son Église, "Old Saint Paul's Church, Baltimore, founded 1692". Traduit par Hubert Claes en septembre 1996 sous le titre "Injonctions pour une vie sereine".

Un bon conseil pour la fin

Je suis conscient, que dans notre quotidien tout va très vite que nous sommes continuellement sous stress. Il n'est pas facile de toujours être conscient du secret universel du succès, nous sommes agacés par certaines personnes ou par certains incidents, que nous ne pouvons plus très bien contrôler. C'est précisément pour cette raison que vous devriez faire une pause, même pour quelques minutes ou quelques secondes et rappelez-vous de ces citations :

Nous sommes le résultat de ce que nous avons pensé.

Un homme est ce qu'il pense.

Nous sommes le résultat de nos pensées.

La croyance crée les faits.

Le contenu de vos pensées et de vos croyances fait votre personnalité, votre vie, votre avenir.

Rappelez-vous toujours de l'importance de la pensée positive et votre vie prendra une toute nouvelle orientation.

Vous obtiendrez des choses, que vous n'auriez jamais crues possible.

Et vous serez beaucoup plus calme et plus équilibré. Vous sentirez vraiment en sécurité dans un univers qui, grâce à la pensée, vous a donné l'opportunité d'avoir une énorme influence sur votre destin.

Merci d'avoir lu mon livre!

Avez-vous aimé ce livre? Merci de me faire parvenir votre avis et vos expériences avec le secret universel du succès.

Je me réjouis de recevoir votre email: info@helmut-ament.de

Mes meilleurs vœux vous accompagnent sur votre chemin !

Bien à vous,

Votre Helmut J. AMENT