

 **LE PLAN RADICAL**   
pour vivre SA VRAIE VIE
 **en 4 étapes** 



étape N°1

Pourquoi je vis ce que je vis ?

Je suppose que vous serez d'accord avec moi : **c'est ce que l'on arrose qui grandit**. Imaginez que vous achetez trois pots de la même plante.



La première, vous la placez dans la cave et vous l'oubliez.

La deuxième trouve sa place dans un coin de la pièce mais vous ne l'arrosez jamais.

La troisième, vous la mettez sur le rebord de la fenêtre, vous l'arrosez régulièrement et lui parlez avec amour.

Laquelle de ces 3 plantes va le mieux pousser ?

Évidemment celle du rebord de la fenêtre.

Maintenant reprenons le raisonnement à l'envers et regardez votre vie.

Qu'est-ce qui a le mieux poussé : les difficultés, les déceptions, les blessures, la souffrance ou bien les joies, les sujets d'enthousiasme, le bonheur, le bien-être ? **Ce qui a le mieux poussé, c'est ce que vous avez le plus arrosé.** **Comment l'avez-vous arrosé ?** Avec vos pensées et vos émotions.

Pour bien comprendre, petite explication de ce qu'est la loi d'attraction à travers un exemple concret.



Un couple se dispute dès le petit-déjeuner... Le ton monte, le temps passe, chacun doit se rendre à son travail, avant d'avoir trouvé le chemin de la réconciliation.

→ Imaginons d'abord **Monsieur** :

Vous le voyez, là, au volant de sa voiture, ronchonnant. C'est inutile, pourtant, elle n'est plus là pour l'entendre râler. Il va donc attirer à lui une réelle raison de râler. Tout à sa dispute imaginaire avec sa femme, il ne voit pas la voiture devant lui piler au feu rouge, il freine à son tour vivement, mais le conducteur dans la voiture derrière lui, moins vigilant, n'a pas le temps de s'arrêter à temps, et « boom », c'est l'accident...





→ Madame, maintenant :

Elle arrive à son travail, rouspétant également, trouvant mentalement des arguments à opposer à son mari. Tout aussi inutile, puisqu'il n'est pas là pour les entendre, les contrer, et en rajouter une couche. Elle fait donc les questions et les réponses toute seule dans sa tête. Elle arrive près de l'immeuble de son travail, et elle est attirée par une jolie robe dans la vitrine d'un magasin.

Elle s'arrête donc quelques secondes pour la regarder, ce qui fait qu'en entrant dans le hall de l'immeuble du bureau, l'ascenseur se ferme, juste sous son nez.



Chouette : une bonne occasion de se dire «*Même l'ascenseur s'y met pour m'emm...*». Pour commencer sa journée, et se trouver un peu de réconfort, elle s'offre un café à la machine à café... Mais, comme elle n'a pas encore décidé de se concentrer réellement sur son café et plus sur son mari, l'ascenseur, etc... Tout comme son mari tout à l'heure, elle va s'attirer une occasion de se maintenir dans sa vibration négative. À peine tourne-t-elle dans le couloir pour regagner son bureau, son café à la main, qu'elle heurte un coursier pressé, et renverse son café, sur son joli tailleur...

Est-ce que vous comprenez mieux comment ça fonctionne ?



On peut résumer la loi d'attraction par «*qui se ressemble s'assemble* ». On ne parle pas ici de ressemblance physique évidemment, mais de vibrations énergétiques.

On attire à soi tout ce qui vibre à la même fréquence.

Donc si je vibre une certaine fréquence (la fréquence de la colère, par exemple), mais que je n'ai rien contre quoi être en colère, je vais m'attirer de quoi maintenir ma vibration de colère, donc des personnes ou des situations qui vont me permettre de rester en colère. Idem dans l'autre sens.

Votre vie est l'exact reflet de tout ce que vous alimentez au fil du temps avec vos émotions et vos pensées.

Mais d'où viennent ces pensées et ces émotions ?

De notre système de croyances.

Notre système de croyances se met en place dans les premières années de notre vie et se renforce ensuite, jour après jour. Au moment de notre naissance, nous ne connaissons rien du monde qui nous entoure : nous avons donc besoin de mettre en place des repères, pour le bon fonctionnement de notre psychisme. Pour cela, nous interprétons tout ce qui nous arrive et nous en tirons des conclusions, qui deviennent de véritables règles de vie.

Par exemple, un soir, mon papa rentre fatigué du travail. Je me dis alors : tiens, le travail, ça peut être fatiguant.





C'est une hypothèse à propos de la réalité. Si ça se répète tous les soirs, je vais peu à peu ériger cette hypothèse au rang de vérité : **cela devient une croyance**. Le problème, c'est qu'une fois que la croyance est là, on finit par ne plus voir la réalité qu'à travers le filtre de cette croyance-là. Tout ce qui ne correspond pas à cette croyance est balayé par notre subconscient ou mis dans la case « exception ».

Ce sont ces fameuses croyances qui font que deux personnes à qui il arrive le même événement ne vont pas le considérer de la même manière.

Par exemple, deux personnes cassent un verre. L'une va dire « *zut, je n'ai plus ma série de verres complète* » tandis que l'autre va se dire spontanément « *chouette, je vais pouvoir me racheter de nouveaux verres* ».

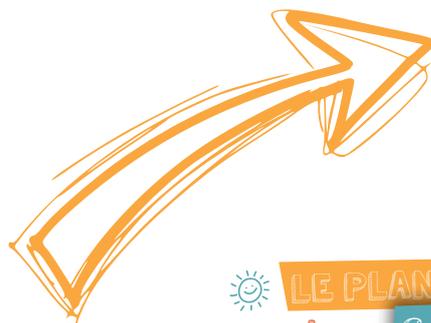


Il y a donc des **croyances harmonieuses, porteuses**, celles qui nous permettent de voir la vie en rose **et des croyances limitantes** qui nous font vivre des expériences désagréables.

Si vous voulez accéder à la possibilité de changer votre vie, il est fondamental de bien comprendre ça : vous n'avez accès qu'à l'expérience que vous faites de la réalité, et cette expérience dépend de votre système de croyances.

C'est souvent difficile de prendre la pleine responsabilité de notre vie et de se dire : « **oh là là, c'est moi qui ait créé tout ça** », au lieu de rejeter la faute sur un autre (mes parents, ma belle-mère, mon patron, mon conjoint, la société, les autres) et pourtant c'est une merveilleuse nouvelle car **si ce que vous avez créé jusqu'à présent ne vous plaît pas, vous pouvez le changer et créer autre chose**.

Je vous explique comment faire dans les prochaines étapes de ce programme.

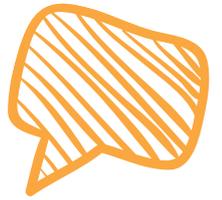




étape

N°2

Savoir ce qu'on veut et demander



De la compréhension du fonctionnement de la loi d'attraction découle de manière logique la manière dont les choses se créent, la manière dont la réalité se manifeste : concrètement, **comment s'assemblent les champs d'énergie dont se compose l'univers, pour créer la réalité que vous souhaitez.** Il s'agit d'appréhender maintenant les deux parties du processus créatif afin de l'incarner vraiment : **savoir ce que l'on veut et le demander, puis avoir la foi et le recevoir.**

La première partie consiste à demander.
Il s'agit de faire savoir à l'univers ce que l'on veut.



Cela nécessite que vous demandiez ce que vous voulez vous vraiment.

Il n'y a pas de limites à cet exercice ; c'est comme si vous aviez le monde entier sous forme de catalogue et c'est à vous de choisir ce que vous voulez dans ce catalogue.

En effet, c'est vous qui passez votre commande à l'univers. L'univers est un champ de potentiels, ne l'oubliez pas, il demande simplement à être programmé avec ce que vous voulez. Et ce fameux « **ce que vous voulez** » dont je parle est extrêmement important car c'est là une des raisons de l'échec de la loi d'attraction : vous ne pourrez garder la motivation et la focalisation nécessaire à la matérialisation de vos désirs que si ce sont **les désirs de votre coeur.** Enfin, **il s'agit de s'aligner sur ses véritables désirs :** il n'y a pas de bons et de mauvais désirs, il n'y a que les vôtres.

Ce n'est pas parce que vous avez de l'argent que vous devez posséder une grosse voiture si cela ne vous intéresse pas. Mais le contraire est vrai aussi : vous pouvez vous acheter la voiture de vos rêves si vous aimez les belles voitures...

Ne confondez pas « **tout avoir** » et « **avoir ce que vous voulez** ». Une des croyances limitantes qui nous empêchent d'obtenir ce que nous désirons est cette petite phrase que nous avons entendue dans notre enfance « **on ne peut pas tout avoir** », que nous avons généralement confondue avec « **je ne peux pas avoir ce que je veux** ». Tout avoir n'a en effet pas de sens.



Imaginez que vous avez soif : vous ne pouvez de toute façon pas boire en même temps un litre d'eau, un litre de jus d'orange, un litre de café, un litre de vin, un litre de lait, un litre de whisky. Et même si vous pouviez les boire l'un à la suite de l'autre, vous ne vous sentiriez vraiment pas bien.

L'important c'est de savoir ce que vous voulez vraiment, au fond de votre coeur.



étape N°2

LE PLAN RADICAL
pour vivre SA VRAIE VIE
en 4 étapes

Cette première partie de demande, que l'on peut appeler « **passer des commandes à l'univers** », est quelque chose qui s'affine avec le temps, avec l'expérience, avec les comparaisons.

C'est comme quand vous souhaitez vous acheter une petite robe noire par correspondance : c'est l'idée de départ. Puis vous prenez un catalogue de vêtements et vous cherchez toutes les robes noires. Vous laissez de côté le reste : les pantalons, les robes rouges, violettes, vertes, oranges... Ensuite, vous comparez les robes noires entre elles : décolleté, pas décolleté, décolleté en rond, en V, au-dessus du genou, en-dessous du genou, matière fluide ou structurée, tissu brillant ou plus mat, etc. Au fur et à mesure de vos comparaisons, vous affinez le genre de robe que vous voulez avoir et vous finissez par ne retenir qu'un modèle qui vous correspond et que vous commandez.

La vraie vie, c'est pareil ! Toutes les composantes de votre vraie vie vont s'affiner au fur et à mesure. Ce travail, c'est à vous de le faire : poser au départ vos désirs de manière générale, et puis les préciser le plus possible.

Ensuite, il vous faut demander : un peu comme « **passer une commande** ». Si vous reprenez ce que je vous ai dit dans le cours n°1, passer commande à l'univers n'a rien de mystérieux. C'est ce que l'on fait tout le temps, en permanence et la plupart du temps malgré nous.



Nous créons notre réalité, le plus souvent par défaut, c'est-à-dire sans le vouloir consciemment, en fonction de notre système de croyances. Ces commandes, ce sont nos souhaits, nos désirs, nos vœux, nos peurs et nos craintes. Se matérialise dans notre vie ce sur quoi nous focalisons, consciemment ou subconsciemment. Pour avoir ce que nous désirons, c'est-à-dire manifester ce que nous voulons vraiment, nous devons faire ce que l'on appelle de **la création délibérée**.

D'une création par défaut, subconsciente, il nous faut passer à une création délibérée, consciente.

Comment faire concrètement ?

Maintenant que vous savez exactement ce que vous voulez, que votre désir correspond à quelque chose qui va vous rendre vraiment heureux, il va vous falloir le créer, l'attirer à vous.



Pour cela, il vous faut le **visualiser** de la manière la plus précise possible, avec le plus de détails possibles. Et **focaliser** sur cet objet ou sur ce projet le plus souvent possible dans votre journée.

Pour donner encore plus de force à l'objet de vos désirs, **agissez en conscience** que tout ce que vous faites vous rapproche de votre objectif. C'est ainsi que vous n'avez pas besoin de changer de travail pour gagner plus d'argent, mais simplement de focaliser sur ce que vous voulez (et que vous vous



étape N°2



LE PLAN RADICAL
pour vivre SA VRAIE VIE
en 4 étapes





offririez si vous aviez plus d'argent) lorsque vous faites votre travail actuel. Faites tout ce que vous faites chaque jour avec la conscience et la confiance que votre projet est en train de voir le jour, en train d'arriver à vous même si vous ne savez pas comment.

Un peu comme une graine qui germe : au début, ce phénomène vous est invisible et puis vous constatez que la plante pousse quand la tige verte sort de terre.

Ne vous découragez pas tant que vous ne voyez pas votre projet arriver.

Pour vous aider à focaliser, n'hésitez pas à vous créer des supports visuels de ce que vous voulez. La technique du Vision Board consiste à vous créer un tableau composé de toutes les images de ce que vous désirez et à le regarder plusieurs fois par jour. Vous pouvez aussi vous créer des objets du quotidien à l'effigie de vos souhaits.

Ensuite, quand vous demandez, veillez à le faire dans un état émotionnel qui correspond à ce que vous voulez vraiment : imaginez-vous dans la joie de recevoir ce que vous commandez, mettez-vous dans l'émotion correspondante à ce que vous vivriez si vous aviez déjà ce que vous demandez.

C'est l'émotion qui crée, ne l'oubliez pas. Ce n'est pas simplement l'image mentale de ce que vous demandez qui la crée dans la réalité.

C'est l'émotion qui fait passer l'image mentale de ce que vous demandez de l'état de potentiel à l'état de réel. C'est la raison pour laquelle désirer autre chose que ce qui vous correspond vraiment, parce que vos parents en rêvent pour vous, que « ça fait bien », ou que la société de consommation vous dicte un mode de confort pré-établi par exemple, est voué à l'échec. En effet, vous ne parviendrez pas à focaliser dessus avec l'intensité, la motivation et l'émotion nécessaires à la livraison de votre commande.

Pour vous aider, il peut être important de « matérialiser » d'une manière ou d'une autre le fait que vous passez commande. Un peu comme quand vous commandez par correspondance ou pas internet : vous remplissez un bon de commande.

Je vous suggère donc de vous faire une sorte de rituel de commande.

Certains se font un chèque de l'abondance, d'autres vont simplement visualiser qu'ils postent mentalement le bon de commande, d'autres encore vont confier leur commande à une étoile, un bateau, une fusée...

Choisissez ce qui vous semble le plus pertinent, mais c'est important de se créer ces rituels car ils donnent encore plus de force et plus de poids à votre commande : vous prenez du temps pour vous et pour focaliser et pour visualiser ce que vous voulez vraiment.



étape N°2

LE PLAN RADICAL
pour vivre SA VRAIE VIE
en 4 étapes



étape

N°3

Avoir la foi et recevoir



La deuxième partie du processus créatif consiste à croire et à recevoir. **Croire, c'est avoir l'absolue confiance que ce que vous venez de commander est en cours de livraison.**

Exactement comme quand vous commandez quelque chose par internet : vous savez que votre commande est en train d'être traitée et que dans x jours vous serez livré, chez vous, de l'objet que vous avez commandé.

Imaginez, non seulement que ce que vous venez de commander est déjà à vous, comme on vient de le voir, mais ayez une foi inébranlable dans la livraison de votre commande.

L'univers se réorganisera alors pour vous apporter ce que vous voulez. Parfois nous ne nous autorisons pas à dire ce que nous voulons car on nous ne savons pas comment ça va arriver, nous nous disons : «ça ne sert à rien d'y penser puisque je ne vois pas comment ça peut m'arriver».

Laissez la logistique à l'univers, laissez-le se réorganiser comme il le souhaite pour vous livrer ce que vous avez commandé. Puisque vous ne pouvez savoir à l'avance de quelle manière arrivera ce que vous avez demandé, laissez venir les choses à vous. Il vous suffira de l'observer quand ça arrivera, tout simplement ! Peu importe comment l'univers va se réorganiser pour vous, vous le verrez bien au moment venu. Supprimez tout doute et cultivez votre foi, c'est tout ce que vous avez à faire.

Cette idée est extrêmement importante : **ne jamais se focaliser sur le « comment », mais toujours sur le « pourquoi ».**

Je m'explique : puisque vous n'avez pas encore ce que vous souhaitez, c'est bien parce vous ne voyez pas comment l'obtenir pour le moment, sinon vous le posséderiez déjà (si c'est un objet qu'il suffit d'acheter) ou il ferait déjà partie de votre vie (si c'est un désir immatériel comme la santé, la joie, l'amour...).

Cela ne vous sert donc à rien de chercher à savoir comment ce que vous désirez va pouvoir arriver. **Le fait de croire, c'est focaliser sur l'objet de votre désir, le pourquoi vous le voulez vraiment** : parce que ça va vous rendre heureux, vous faciliter la vie, donner du sens à votre vie ou toute autre raison qui est la vôtre.

Vous ne devez penser qu'à cela, au résultat que vous vivrez quand ce que vous avez commandé arrivera dans votre vie.



étape N°3

LE PLAN RADICAL
pour vivre SA VRAIE VIE
en 4 étapes



Vous devez le ressentir émotionnellement, au plus profond de vous, puisque ce sont vos émotions qui énergétisent votre demande et la rendent réelle, et non vos doutes et vos réflexions intellectuelles sur le « comment ça va bien pouvoir se produire ». La manière dont vous serez livré de votre commande, vous le constaterez de toute façon, quand ce sera là.

Enfin, **concrétiser le processus créatif consiste à recevoir.**

Pour recevoir, **commencez à vous réjouir dès maintenant**, ressentez tout de suite la joie que vous ressentirez quand vous aurez vraiment ce que vous avez commandé. Il s'agit de se mettre dans la fréquence de ce que l'on veut, pas seulement la pensée mais l'émotion correspondante. Car c'est l'émotion qui la soutient qui fait arriver plus vite à vous votre commande. Pour soutenir la force mentale nécessaire à vos pensées les plus positives, appuyez-vous sur le bien-être que vous éprouvez quand vous êtes dans des émotions agréables comme la joie, la satisfaction, la gaieté, la plénitude...

Cherchez à ressentir le plus profondément possible les émotions que vous aurez quand vous recevrez ce dont vous avez envie : cherchez la maison que vous voulez acheter, allez la visiter, faites tout ce qui peut vous aider à ressentir les émotions que vous ressentirez au moment où ça sera là.

Vous pourriez alors être inspiré sur la bonne action à accomplir ou rencontrer la bonne personne... Donnez l'occasion à l'univers de se réorganiser de la meilleure et de la plus rapide façon qui soit. **Si l'on agit de concert avec ce que l'univers essaie de produire, c'est magique, on se sent porté par une énergie inépuisable.**

L'univers aime la vitesse : aussi, quand l'élan est là, quand le mouvement intuitif vous conduit, agissez ! C'est ça, votre travail.

Autre chose importante à propos de cette troisième étape, recevoir : il est parfois nécessaire de **développer un savoir-recevoir**. En effet, parfois, nous ne savons pas demander, ou nous n'osons pas demander, comme nous l'avons vu plus haut, mais il arrive aussi que nous soyons incapables de recevoir.

Incapables de recevoir parce que nous n'y croyons pas ou parce que nous avons une idée très précise de la manière dont nous voulons recevoir ce que nous désirons. C'est bien plus courant que vous ne l'imaginez. Il suffit d'observer le nombre de personnes mal à l'aise avec un cadeau. Le travail, l'effort, le labeur ont une telle valeur dans notre société que nous sommes souvent incapables de recevoir autrement que « à la sueur de son front ». C'est le sens du fameux adage « à vaincre sans péril on triomphe sans gloire ». Comme si la lutte donnait un meilleur goût à notre résultat.

Mais pourquoi ne pouvons-nous pas recevoir dans la douceur, le confort, la facilité ?





Nous recevons souvent bien plus que ce dont nous avons conscience.

Notre peur du manque recouvre les cadeaux que la vie nous fait tous les jours. C'est pour ça que je vous propose en complément de ce cours un exercice pour **développer votre savoir recevoir**. Plus vous allez devenir conscient de tout ce que vous recevez déjà, plus vous allez vous rendre compte que vos souhaits sont exaucés, plus ils se matérialiseront vite.



Plus concrètement, **plus vous serez conscient de ce qui se passe dans votre vie, plus vous saurez reconnaître les opportunités** qui se présentent à vous, plus vous saurez les saisir.

Comme on se coupe de ses désirs et du fait de croire que c'est possible, il arrive que l'on se coupe de notre capacité à recevoir en se focalisant sur les possibles conditions de livraison.

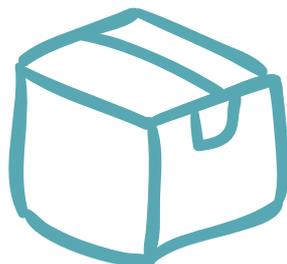
En effet, quand vous commandez un objet sur internet, vous savez non seulement quand il va vous être livré, mais vous savez aussi comment : vous savez que le facteur va vous l'apporter chez vous, tel jour, à telle heure, ou à peu près. Et quand vous savez cela, lorsque le facteur sonne à votre porte, vous allez lui ouvrir, vous prenez le paquet et vous signez le reçu. Il ne vous viendrait pas à l'idée, si vous êtes chez vous, de fermer les volets, la porte à clé et de vous réfugier sous votre lit, de telle sorte que le facteur ne vous trouve pas.

Mais quand on ne sait pas comment on va être livré, on peut avoir tendance à se fermer aux possibilités de recevoir, tout simplement parce qu'on ne se les imagine pas.

J'espère que vous voyez mieux maintenant ce que je veux dire par devenir capable de recevoir, par tous les canaux, même ceux auxquels on ne s'attend pas, mais aussi par ceux qui pourraient nous heurter, d'une manière ou d'une autre... Je suis persuadée que nous passons ainsi chaque jour à côté de nombreuses opportunités et rencontres que nous ne voyons même pas, ou que nous refusons de voir.



Je vous suggère donc **d'aiguiser votre sens de l'observation**, vous serez sans doute surpris de constater à quel point l'univers entier conspire à votre bonheur, pour reprendre les mots de Paulo Coelho.



étape N°3

LE PLAN RADICAL ✨
pour vivre SA VRAIE VIE ☆
en 4 étapes ♡



étape

N°4

Recevoir encore plus



Maintenant que vous avez compris le caractère vibratoire de l'univers et de tout ce qui s'y passe, vous pouvez commander et recevoir tout ce que vous voulez.

Pour que ce soit encore plus efficace, je vais vous donner deux techniques pour que ce travail soit plus efficace.

La première concerne la loi d'attraction et la deuxième concerne le système de croyances, puisque nous avons vu que tout ce que vous créez dans votre vie dépend de ces deux paramètres.

La première attitude à développer est la gratitude. Cette notion est vraiment centrale dans le travail de création délibérée. En effet, si vous vous souvenez de la loi d'attraction, on attire à soi ce qui correspond à notre état émotionnel. Si vous êtes dans la gratitude, même si vous n'avez pas encore obtenu ce que vous souhaitez, alors vous allez attirer à vous de quoi dire merci. Vous allez donc donner un coup d'accélérateur à votre commande puisque si vous êtes reconnaissant, il ne va plus vous manquer que l'objet de votre gratitude, à savoir ce que vous permettra d'être réellement reconnaissant.

Si vous étudiez les mécanismes de l'Abondance, vous verrez que si certaines choses diffèrent selon les auteurs, cette notion de gratitude, en revanche est commune à tout le monde.

Comment faire ? 

La gratitude, ça s'apprend. Comme c'est vraiment une des attitudes fondamentales à intégrer quand on veut vivre l'abondance, je vous offre, dans l'exercice correspondant à ce cours, un véritable mode d'emploi.

Je vous propose quatre attitudes de gratitude à cultiver, pour lesquelles je vous conseille de prendre un peu de temps, pour y penser, voire les noter dans un cahier spécial, votre cahier de gratitude, et les avoir le plus souvent possible à l'esprit.

→ La première attitude - c'est à mon sens la plus facile - est de ressentir de la gratitude envers les choses, les situations et les personnes envers lesquelles je me sens reconnaissante.

→ La deuxième attitude est quelque chose auquel souvent on ne pense pas : c'est la gratitude envers les situations et les personnes qui enrichissent votre vie et que vous pourriez considérer comme acquises.



étape N°4



Merci !



LE PLAN RADICAL

pour vivre SA VRAIE VIE



en 4 étapes



Merci ! 

Merci !

→ La troisième attitude de gratitude est peut-être le processus d'harmonisation qui vous semblera le moins évident, et pourtant c'est sans doute le plus important : **remercier pour tout ce qui vous a rendu ou vous rend la vie difficile...** Pensez aux qualités qu'il vous a fallu développer pour triompher de l'adversité. Ayez en tête que c'est grâce à ces difficultés que vous êtes devenu qui vous êtes aujourd'hui.

→ La quatrième manière de pratiquer la gratitude est **une attitude d'anticipation**. Il s'agit de ressentir de la gratitude envers ce que je désire avoir dans ma vie, comme si je l'avais déjà.

Cela peu vous semble anecdotique, mais je peux vous assurer que ma vie a vraiment changé quand j'ai commencé à ressentir profondément cette gratitude face à tous les événements de la vie. Au début, je la pratiquais de manière un peu automatique, dans mon cahier, mais à partir du moment où ce sentiment est descendu au niveau du cœur, la vie n'a plus eu la même saveur.

À ce stade de la méthode, vous avez presque tous les éléments pour changer votre vie du tout au tout.

La seule chose qui pourrait vous bloquer dans votre processus de commande à l'univers, ce sont vos croyances limitantes. Il va donc s'agir de travailler vos croyances limitantes, sans quoi tout ce que vous mettez en oeuvre pourrait d'avérer vain. Cette pratique est généralement la moins bien comprise et la plus négligée, ce qui est une erreur car c'est pourtant la plus essentielle.

En effet, vous ne pouvez pas changer votre vie si vous continuez à faire ce que vous avez toujours fait, si vous continuez de penser comme vous avez toujours pensé, si vous voyez la vie comme vous l'avez toujours vue, si vous ressentez ce que vous avez toujours senti, si vous fréquentez les gens que vous avez toujours fréquenté.

Je vous le rappelle avec insistance, l'abondance est dans votre tête et nulle part ailleurs.

Comment repérer ses croyances limitantes ?



C'est très simple : il suffit de regarder ce que l'on vit.

Concrètement, comment repérer que vous avez des croyances limitantes à propos de l'argent : **tout simplement si vous vivez de la frustration** par rapport à ça.



étape N°4

 **LE PLAN RADICAL** 
pour vivre **SA VRAIE VIE** 
 **en 4 étapes** 



Tout simplement si une fois de temps en temps vous vous dites : « tiens, j'aimerais apprendre à faire de la poterie parce que je sens que j'ai quelque chose à exprimer avec ça, mais c'est trop cher » ou bien « c'est la rentrée, les enfants ont grandi, il va falloir renouveler leur garde-robe, ça va grever le budget », ou encore « on s'offrirait bien un week-end en amoureux pour se retrouver à deux, se parler de nous et voir où en sont nos liens d'amour, se prendre du temps en dehors du quotidien pour évoquer l'avenir, oh, mais ce mois-ci ce n'est pas trop raisonnable ».

Là, si vous êtes honnête, vous reconnaissez qu'il y a un problème avec l'abondance.

Une autre manière de faire un auto-diagnostic de ses croyances limitantes, c'est de se souvenir des ambiances dans lesquelles on a baigné dans notre enfance, comme les petites phrases qui symbolisent la philosophie de la famille. Il y a fort à parier qu'à force d'entendre certaines choses, elles se soient engrammées en nous, même malgré nous. Même si aujourd'hui on n'a pas envie d'y croire, elles se rejouent subconsciemment et vont jusqu'à saboter nos actions conscientes.

Pour vous donner quelques idées sur les croyances que vous pouvez avoir, voici quelques-unes des plus répandues :

- nous on est pas riches, mais on est honnête
- on ne peut pas tout avoir dans la vie
- il faut gagner son pain à la sueur de son front
- les riches sont des exploités
- « il ne faut pas péter plus haut que son cul »
- chacun son rang



Et il y en a plein d'autres comme ça, vous en avez sûrement d'autres : quelles sont-elles ?





Parfois, nos croyances se mettent en place en une seule fois, c'est le cas lors d'événements particulièrement marquants de notre enfance, lors d'une crise, d'un choc qui vient secouer l'histoire familiale.

Une de mes consultantes avait vécu dans la richesse étant enfant, et puis du jour au lendemain, son père a tout perdu : ils ont vendu la villa au bord de la mer, les fourrures et les bijoux de la maman, il n'y avait plus de femme de ménage, etc. Elle me disait que sur cinq enfants, tous connaissaient des difficultés avec l'argent. En creusant, on s'est rendu compte qu'ils se disaient tous : « mieux vaut ne rien avoir car on peut tout perdre », et tout perdre façon « victime », sans aucune responsabilité, puisque eux étaient enfants et n'avaient rien à voir avec les boursicotages du papa.

Vous voyez, c'est facile, vous en avez sûrement déjà repéré !



Maintenant, il s'agit de les travailler pour les changer.

Vous pouvez utiliser pour cela **plusieurs techniques**, selon vos préférences, en vérifiant bien sûr qu'elles fonctionnent : **privilégiez donc un travail de développement personnel conscient** plutôt qu'un travail en énergétique.

La seule manière de voir si votre travail de changement fonctionne, c'est d'**observer si votre vie change**.

Encore une fois, cela peut vous sembler ne pas être la priorité, mais je peux vous assurer pourtant que tout est là.

C'est au coeur de votre système de croyances que tous vos dysfonctionnements (peur du manque, allergie au bonheur, syndrome de l'échec, pauvreté...) naissent et grandissent.

Si vous ignorez cette dimension, vous risquer de passer complètement à côté de votre objectif...

