

Jusqu'au Bout de
VOS RÊVES



**FAITES DE VOS RÊVES
UNE RÉALITÉ**

Table des Matières

Licence.....	2
Introduction.....	3
Réalité ou Utopie.....	4
Le Pouvoir de la Pensée Positive.....	6
La Loi d'Attraction.....	9
Éliminer la négativité.....	13
Les affirmations.....	14
Conclusion.....	16

Licence

L'auteur s'est efforcé d'être aussi précis et complet que possible lors de la création de cet ouvrage. Malgré ceci, il ne peut, en aucun cas, garantir ou représenter l'exactitude du contenu de cet ouvrage, du fait de l'évolution et de la mutation rapide et constante d'Internet.

Bien que tout ait été fait afin de vérifier ces informations, l'auteur n'assume aucune responsabilité concernant des erreurs, des omissions, d'une interprétation ou d'une compréhension contraire du sujet développé. Toutes formes d'offenses éventuellement ressenties par des personnes, peuples ou organisations seraient purement involontaires.

Dans les livres pratiques de conseils, comme dans toute autre chose, il n'est fait aucune garantie de revenu. Les lecteurs sont avertis et doivent faire appel à leur propre jugement à propos de leurs capacités personnelles à agir en conséquence.

Ce livre n'est pas destiné à l'utilisation en tant que source légale en droits des affaires, en comptabilité ou en conseils financiers. Les lecteurs sont invités à faire appel à des services professionnels compétents en matière de législation, droit des affaires, comptabilité ou dans le domaine du conseil financier.

**Vous pouvez imprimer cet e-book si cela vous en facilite la
Lecture, mais pensez aussi à la nature et à notre
environnement.**

Introduction

Vous avez certainement beaucoup entendu parler de la Loi de l'Attraction, de la Pensée Positive ou de sujets similaires ces dernières années. Est-ce que tous ces principes, toutes ces lois peuvent réellement vous aider à améliorer votre existence ? Y va-t-il quelque chose de magique, une force mystique cachée derrière qui nous aiderait à transformer « nos pensées et nos rêves » en réalité ?

Dans ce rapport, je vais vous révéler la réalité sur ces principes devenus aujourd'hui si populaires. Vous allez savoir s'ils fonctionnent ou pas, mais également comment les utiliser pour aller « jusqu'au bout de vos rêves ». Vous apprendrez également quels genres de personnes peuvent profiter de ces techniques et celles qu'elles n'aideront pas beaucoup.

Vous apprendrez également comment adapter votre attitude afin de ne pas être LA personne qui doit être aidée.

Essayez d'ouvrir votre esprit, sortez de ce que vous croyez connaître pendant la lecture de ce rapport, car c'est la clé essentielle à ce que vous vous apprêtez à lire.

Réalité ou Utopie

La plupart des personnes vous diront toujours la même chose lorsque vous abordez ce genre de sujet :

- Ce serait trop simple si cela marchait comme ça ?
- Ça n'existe pas !
- Ce n'est pas possible !
- Etc.

Le scepticisme appartient à la nature humaine, et, une petite dose de temps en temps peut être effective. Il n'est évidemment pas simple de croire tout ce que l'on vous dit, ça aussi c'est naturel. Mais, il va vous falloir un peu de foi dans votre vie si vous voulez que ces principes fonctionnent pour vous.

Ce qui ne veut pas dire que vous devez développer une certaine FOI.

Vous en avez ou pas. Vous pourrez essayer de la développer, mais elle ne suffira peut-être pas pour que ces principes soient efficaces.

La foi est pourtant un point essentiel dans le fonctionnement de ces Lois, mais j'y reviendrai un peu plus loin. Pour l'instant, prenez simplement conscience de cela :

« Si vous croyez réellement que ces principes ne peuvent pas fonctionner, alors ils ne fonctionneront pas – au moins en ce qui vous concerne ! »

Toutefois, si votre esprit est suffisamment ouvert et que vous croyez, ne serait-ce qu'un peu, que ces principes peuvent marcher, alors ils pourraient très bien devenir la clé ultime pour faire de vos rêves, votre réalité.

Le Pouvoir de la Pensée Positive

Ce titre évoque à lui seul ce principe. Par seule pensée positive, vous pouvez influencer les choses pour qu'elles se produisent. Cette technique nécessite néanmoins un voyage au fond de vous afin de pouvoir changer votre processus de pensées.

Prenons un exemple.

Disons que nous demandons à deux personnes de réaliser une même tâche d'une certaine difficulté. Ces deux personnes sont de mêmes niveaux. Elles sont intelligentes et ont les compétences requises pour réaliser cette tâche.

L'une est totalement en confiance devant la réalisation de cette tâche, l'autre affronte une anxiété totale et doute complètement de ses capacités à relever ce défi.

D'après vous, qui parviendra à accomplir la tâche rapidement et sans erreurs ? Il y a de grandes probabilités pour que la personne en confiance achève en premier et, de plus, avec une très bonne qualité de travail.

Pourquoi ?

C'est très simple. Les personnes font des erreurs lorsqu'elles sont stressées, en colère, déprimées ou frustrées. Elles éprouvent plus de difficultés à être lucides, organisées et, finalement, à traiter les choses.

Combien de fois avez-vous essayé de faire des choses que vous n'aviez pas envie de faire ou qui vous frustraient ? Avez-vous éprouvé plus de difficultés à les réaliser ? Vous vouliez peut-être réparer quelque chose, mais vous ne disposiez pas des bons outils sur le moment et plus vous preniez conscience de la situation, plus vous étiez en colère. Et plus la colère montait en vous, moins vous parveniez à vos fins.

La négativité vous affecte de mille et une façons et elle rend très difficile l'accomplissement des choses. Lorsque vous avez des pensées négatives, vous vous freinez vous-même sans même en prendre conscience.

Vous devez donc vous concentrer sur la pensée positive.

Reprenons notre exemple. Vous tentez de réparer quelque chose, mais rien ne va. Vous n'avez pas les bons outils, mais l'objet est à moitié démonté. En colère, vous décidez de vous en éloigner (avant de tout casser) et de réfléchir.

À ce moment-là, vous démarrez un processus de pensées positives, vous réfléchissez en terme de possibilité ou plus exactement : comment trouver une solution à ce problème ?

D'un coup d'un seul, les solutions vous viennent à l'esprit. Vous appelez votre voisin, car il vous semble qu'il vous avait proposé cet outil dont vous avez besoin, parce qu'il a eu la même réparation que vous à faire... ou vous appelez un ami qui a les compétences nécessaires pour vous aider, il vous dira d'ailleurs : « pourquoi ne m'en as-tu pas parlé, j'aurai pu venir t'aider ! »

Je reviendrais un peu plus loin sur quelques exemples de pensées négatives, mais aussi les pensées positives par lesquelles vous pourrez les remplacer. Vous apprendrez ainsi comment éliminer ces pensées négatives de votre vie afin d'améliorer les choses.

Pour l'instant, il est juste important de comprendre que la pensée positive fonctionne réellement. Elle marche dès que vous changez d'attitude devant un problème donné. Elle vous ouvre l'esprit et, de ce fait, les portes du monde des possibilités, vous permettant ainsi de réaliser et d'accomplir plus de choses et, en ayant confiance en vous, les choses se produiront plus facilement.

Alors, est-ce que ceci peut vous permettre de réaliser vos rêves ? Très certainement ! Lorsque vous êtes confiant, vous augmentez vos capacités et vous pouvez accomplir bien plus de choses. Il n'y a aucune magie en cela.

Pourquoi ne pourriez-vous atteindre que vos pensées négatives ?

La Loi d'Attraction

Voilà certainement le sujet dont vous avez beaucoup entendu parler ces dernières années. La loi d'attraction fonctionne un peu comme la pensée positive. Vous devez éliminer toute forme de négativité en vous pour qu'elle puisse se mettre en œuvre.

Mais, plutôt que de fonctionner sur le seul principe de la pensée, elle requiert en plus une faculté à pouvoir vous imaginer possédant déjà ce que vous désirez.

Par la pensée positive vous vous dites : « Je sais que je peux être riche ! »

Avec la loi d'attraction, vous fermez les yeux et vous vous imaginez ce qu'est votre vie maintenant que vous êtes riches. Vous vous visualisez vivant

dans la maison de vos rêves, prenant les vacances dont vous avez toujours rêvé ou faisant l'acquisition de toutes ces choses que vous avez toujours désirées.

Il y a deux théories expliquant pourquoi cela peut fonctionner.

La première soutient que nous sommes entourés de forces magnétiques. Si vous pensez de manière positive, vous attirez à vous des choses positives. A contrario, si vous avez des pensées négatives... repoussez-les le plus loin possible !

La seconde théorie pense que cette loi est bonne en principe, mais uniquement parce qu'elle se base sur le même principe que la pensée positive. Si vous pensez de manière positive, seules des choses positives se produiront.

Disons que la seconde théorie a allégé la loi d'attraction. Il faut avouer que nombreux sont les sceptiques et que cette loi d'attraction qui serait liée à l'Univers effraie. Pourtant, nous sommes les fruits de cet Univers, nous sommes composés des mêmes éléments et l'ensemble de notre organisme est activé par une énergie électrique. Qui dit électrique, sous-entend également : magnétique.

Mais, accordons-nous sur le fait que ce rapport à l'Univers peut nous échapper ou être un obstacle à cette méthode. L'important réside avant tout dans le fait de transformer autour de vous tout ce qui est négatif en positif.

Prenons un exemple. Vous venez de perdre votre emploi et n'avez plus de domicile. Vous me direz que l'exemple est fort et mal choisi, mais je vous expliquerai plus loin pourquoi ce choix.

Dans une situation pareille, la plupart des personnes seraient submergées de pensées négatives. C'est normal. N'importe qui, dans une telle impasse, se sentirait devenu inutile et serait négatif.

- Pourquoi ça m'arrive à moi ?
- Je n'ai même plus de quoi m'abriter, je ne suis plus rien !
- Pourquoi les autres ont-ils encore un toit et sont-ils au chaud chez eux pendant que moi je gèle dans la rue ?

Toutes ces choses sont négatives. Elles poussent les gens dans un état constant de dépression. Lorsque vous êtes en colère et désespéré, il est bien plus difficile d'entreprendre les bonnes choses.

Pouvez-vous sortir de cette situation alors que vous êtes désespéré ?

Non, vous ne pourrez pas. Vous êtes coincés, à moins de modifier votre mode de pensées.

Cet exemple est alimenté par un reportage vu tout récemment. Il mettait en avant une jeune SDF de 25 ans qui connaissait la rue depuis plus de 14 ans. Je vous passe les détails de son vécu et de tout ce qui lui est arrivé, vous n'aurez aucun mal à l'imaginer.

Depuis l'âge de 11 ans, cette fille vivait dans la rue, puis un jour, elle a décidé qu'il fallait qu'elle en sorte. Elle avait touché le fond et seules deux possibilités s'offraient à elle.

- Soit, elle baissait les bras et elle finirait là sa vie
- Soit, elle prenait enfin les choses en main.

C'est ce qu'elle a décidé de faire. À la fin du reportage, elle était dans un foyer et dormait enfin au chaud. Elle avait également trouvé un emploi à mi-temps et était en attente d'un logement social.

J'entends déjà les plus sceptiques me dire : « c'est sûr, si la télé était là, ça a dû l'aider ! »

Bien sûr, mais devant le nombre de SDF en France, pourquoi a-t-elle été choisie ? Et devant le nombre de chômeurs et la période de crise, comment a-t-elle fait pour décrocher un emploi ?

Si une personne consacre un peu de temps, chaque jour, à s'imaginer avec un bon emploi dans lequel elle s'épanouit, avec un bel appartement, une situation à jour de toutes factures et avec de quoi manger, alors elle sentira une certaine forme d'espoir renaître en elle.

En fait, plus elle y pensera, plus les choses se réaliseront pour elle. Puis, une fois que leur esprit acceptera de voir cette situation comme une possibilité, il se passionnera à le faire se produire. Parce que leur esprit aura admis que cette vie est réalisable, il passera du mode négatif au mode positif.

Quelqu'un qui est constamment déprimé et négatif ne peut pas bien fonctionner. Certaines personnes sérieusement déprimées ne parviennent même pas à sortir de leur lit ! Mais dès que vous arrivez à vous imaginer dans une meilleure position, votre cerveau commence à croire qu'il peut y arriver, vous devrez sans doute encore travailler dur pour y arriver, mais le processus sera activé.

Alors, je ne sais pas vraiment quelle est la bonne parmi les deux théories précédemment citées. Ce que je sais par contre c'est que la loi d'attraction fonctionne. Que ce soit par le biais de forces invisibles ou par un travail sur l'esprit, la loi d'attraction peut faire la différence dans votre vie.

Il y aurait moult exemples pour appuyer la loi d'attraction, mais permettez-moi de vous en citer qu'une seule.

Que pensez-vous qu'il serait advenu de notre société si un jour un homme avait refusé de se contenter d'allumer des bougies tous les soirs pour pouvoir y voir la nuit ?

Edison a refusé de se contenter, il s'est ouvert l'esprit et il a dû se dire : il doit y avoir un autre moyen ? Les sceptiques ont dû le prendre pour un fou (comme la plupart de nos inventeurs), finalement on avait déjà la bougie et cela était déjà bien.

Mais il ne s'est pas laissé entrainer dans la théorie du négativisme et du contentement. Après tout, quelqu'un avait bien découvert la bougie, alors pourquoi ne pourrait-il pas trouver un moyen plus simple et plus efficace que la bougie ?

Ce qu'il a découvert est essentiel à notre société actuelle. Vous voyez, en vous ouvrant à toutes les possibilités tout devient possible.

Éliminer la négativité

Comme vous avez pu le constater, éliminer la négativité est la pierre d'angle à la fois de la pensée positive et de la loi d'attraction. Mais comment faire ? Comment transformer toutes vos pensées de manière positive pour fuir toute forme négative ?

Eh bien, c'est relativement facile. Il suffit de le faire. Voilà une réponse d'une très haute perspicacité, me direz-vous. Mais c'est en effet la meilleure réponse à cette question. Le tout est de savoir, lorsqu'une pensée vous traverse l'esprit, si elle négative ou pas. Si oui, attrapez là au passage et transformez-la en une pensée positive.

Voici quelques exemples.

Exemple négatif 1 : « Pourquoi cette personne a-t-elle été promue, ce n'est pas juste ! »

Réponse positive : « j'aurai souhaité cette promotion, mais elle a bien plus travaillé cette année et, l'année prochaine, c'est moi qui serais promu ».

Exemple négatif 2 : « je suis fatigué de courir constamment après l'argent pour boucler mes fins de mois, quand est-ce que cette course finira ? »

Les affirmations

Un autre procédé, pour parvenir à croire en vous et en vos capacités, est au travers d'affirmations. Il s'agit d'une sorte de visualisation que vous pouvez utiliser pour transmettre une forme de réalité à votre cerveau. Ce procédé peut être très efficace.

N'avez-vous jamais entendu quelqu'un dire : « arrête de lui dire qu'il est stupide, il va finir par y croire » ?

C'est vrai, même très vrai. Si votre cerveau entend régulièrement la même chose, encore et encore, il l'assimilera très rapidement comme fait acquis. C'est encore plus vrai si l'affirmation vient de vous !

C'est ce que nous appelons communément : l'autosuggestion.

Créez votre propre liste d'affirmations en vous basant sur les choses que vous voulez voir se produire dans votre vie. Notez-le sur un petit cahier que vous pourrez emporter partout avec vous et lisez-les au moins une fois par jour, où que vous soyez, jusqu'à ce que vous commenciez réellement à y croire.

Certaines personnes trouvent qu'il est préférable de les lire devant un miroir, cela leur permettrait de les absorber plus rapidement. À vous de voir.

Voici quelques exemples :

- « Je suis intelligent, capable et fort, je peux tout réaliser ! »
- « Je suis digne de cette promotion, je suis un travailleur acharné, doué et je fais un super boulot ! »
- « Je vais vendre une voiture aujourd'hui. Je vais aller à la concession, utiliser l'ensemble de mes techniques de vente et je conclurai au moins une vente aujourd'hui ! »

Faites votre liste et lisez-la à haute de voix chaque fois que c'est possible.

Reprenez votre calepin à chaque moment de doute, de stress, de désespoir ou de manque de confiance.

Ce n'est peut-être pour vous que de l'autosuggestion, et cela a pu vous sembler ridicule quand vous l'avez vu faire au cinéma, à la télévision ou même par un proche. N'avez-vous jamais vu quelqu'un se répéter ' "je peux le faire, je peux le faire, je peux le faire..."

C'est une affirmation et si les gens le font, c'est que ça marche tout comme lorsque vous encouragez quelqu'un, comme votre enfant lors d'un match de foot. Ne vous sentez-vous pas pousser des ailes lorsque vous êtes encouragé par quelqu'un d'autre ?

Alors, encouragez-vous pour transformer toutes les situations et tous les sentiments négatifs en positifs. Vous vous donnerez des ailes et de la confiance, mais aussi la force et la capacité de traverser n'importe quelle situation.

Conclusion

Vous voici informé sur tous ces principes dont vous entendez parler depuis des mois, voire des années.

J'espère, si ce n'est de vous convaincre, vous avoir ouvert les portes d'un nouvel espoir, qui sait, peut-être celles d'une nouvelle vie.

Nous sommes quelques-uns à avoir essayé. Les choses se mettent encore en place pour moi, mais je peux vous dire que je fais « mouche » de plus en plus souvent dans mes objectifs.

Il semble évident que si cela marchait simplement en claquant des doigts, tout le monde tenterait l'aventure et personne ne serait dans la misère, mais ça ne fonctionne pas de cette manière.

Il faut du temps et de la persévérance, mais il faut aussi apprendre à se réjouir de la moindre victoire pour la transformer en un tremplin pour atteindre votre objectif.

Essayez par vous-même et n'oubliez jamais : “tout est possible à celui qui croit”.

À votre succès.