



Exercice pour prendre le pouvoir de votre esprit

A decorative graphic on the left side of the page consists of several thin, curved lines in shades of blue and grey, resembling stylized grass or reeds.

www.vivance-coaching.fr
contact@vivancecoaching.com



« Tout ce que l'esprit peut concevoir et croire, il peut aussi l'obtenir. » Napoléon Hill

Un homme a élaboré, il y a de cela quelques décennies, une formule, ou un exercice tout simple pour permettre de percer les secrets de l'esprit.

Cet homme a d'abord essayé cette technique sur lui puis il l'a appliqué sur des milliers de personnes avec toujours autant de réussite.

Cet homme mondialement connu a ainsi aidé les hommes les plus influents de la planète mais aussi des employés de bureau et des ouvriers.

Les plus grands noms actuels du développement personnel se sont inspirés de ce grand monsieur. Il s'agit de Napoléon HILL qui a créé la science du succès.

"Tout ce que l'esprit peut concevoir et croire, l'esprit peut l'accomplir." Ce qui veut dire que chaque personne à la naissance a la capacité de contrôler et diriger son esprit vers le but qu'il s'est fixé.

Les deux enveloppes scellées de la naissance.

Chaque personne qui naît arrive sur cette terre avec dans ses bagages, 2 enveloppes scellées.

Sur la première est écrit : Les richesses dont vous pouvez jouir si vous prenez possession de votre esprit et si vous décidez de le diriger vers votre plus grand objectif.

Sur la deuxième est écrit : Les pénalités que vous devrez payer si vous négligez de prendre possession de votre esprit et de le diriger.

Le contenu des enveloppes

Si vous ouvrez la première vous trouverez une liste de cadeaux :

1. Une bonne santé
2. La tranquillité d'esprit
3. Une activité passionnante de votre propre choix
4. La liberté face à la peur et l'inquiétude
5. Une attitude mentale positive
6. Les richesses matérielles de votre choix et dans les quantités que vous désirez

Si vous ouvrez la deuxième vous trouverez la liste des prix à payer pour ne pas prendre possession de son esprit :

1. Une mauvaise santé
2. La peur et l'inquiétude
3. L'indécision et le doute
4. La frustration et le découragement face à la vie
5. La pauvreté et le manque
6. Sentiments négatifs (envie, jalousie, haine, cupidité...)

Marche à suivre pour utiliser les cadeaux de la première liste.

1. Procurez-vous un petit carnet de poche que vous pouvez emmener partout.
2. Sur la première page de ce carnet, écrivez le plus clairement et simplement possible, la description du désir principal de votre vie, des circonstances, une position sociale ou des choses que vous pourriez accepter comme votre propre

vision du succès. Et souvenez-vous avant de commencer à écrire que vos propres limites sont celles que vous avez-vous-même érigées dans votre esprit ou que vous avez laissé d'autres fixer pour vous.

3. . Sur la deuxième page écrivez une déclaration qui précise tout ce que vous désirez obtenir. (Faites une liste par exemple cela peut être du temps, de l'énergie... tout ce qui vous vient en tête).
4. Maintenant mémorisez vos deux déclarations : ce que vous désirez et ce que vous avez l'intention de donner en échange pour l'obtenir. Répétez les au moins 12 fois par jour et terminez toujours par l'expression de votre gratitude pour les cadeaux que vous avez eu à la naissance.

***"Oh divine providence,
Je ne demande pas plus de richesses,
Mais plus de sagesse pour faire le meilleur usage
Des richesses que tu m'as données à la naissance,
Qui résident dans le pouvoir de contrôler et diriger
Mon propre esprit pour tous les rêves que je désire."***

Si vous êtes sincère dans l'expression de cette prière de gratitude vous allez voir progressivement les choses se modifier et changer dans votre quotidien, de votre vie.

Et maintenant, dressez l'inventaire de votre expérience passée et découvrez ce que vous avez appris d'utile, ainsi que ce que vous souhaitez accomplir tant que votre chandelle continue à brûler. Posez-vous ces questions et prenez votre temps pour élaborer vos réponses :

- Qu'ai-je appris de mes échecs et de mes erreurs qui me sera utile à l'avenir ?
- Qu'ai-je fait qui me donne droit à une plus haute position dans la vie ?
- Qu'ai-je fait pour rendre le monde meilleur ?
- Qu'est-ce que l'éducation et comment puis-je m'éduquer moi-même ?
- Ai-je déjà retiré un avantage à frapper ceux qui m'ont blessé ?
- Comment puis-je trouver le bonheur ?
- Comment puis-je réussir ?
- Qu'est-ce que le succès ?
- Enfin, quelle est la réalisation majeure que je souhaite accomplir avant de poser définitivement les outils avec lesquels j'ai « bricolé » toute ma vie pour enfin franchir la Grande Frontière de l'Au-Delà ?
- Quel est mon objectif dans la vie ?

Ecrivez vos réponses, réfléchissez bien avant de les formuler. Le résultat peut vous effrayer, parce que, si vous y répondez avec soin, ces questions vous conduiront à une réflexion constructive que l'on a rarement l'occasion d'expérimenter dans sa vie.

Réfléchissez longuement avant de répondre à la dernière question. Découvrez ce que vous voulez vraiment faire dans la vie. Ensuite, découvrez si ceci est à même de vous apporter le bonheur une fois que votre but sera atteint.

Source : « Réfléchissez et devenez riche » et « Plus malin que le diable » Napoléon Hill
(<https://youtu.be/SBzBIOJ2Sol>)

“ La réussite quelle qu'elle soit s'obtient systématiquement par la connaissance de ses envies profondes et le désir ardent de les combler.”

Napoléon HILL

