

ITALO PENTIMALLI - J.L.MARSHALL

Il **POTERE** *del* **CERVELLO** **QUANTICO**

**COME FARE ESPLODERE
IL POTENZIALE NASCOSTO
DEL TUO CERVELLO**

UNO
EDITORI

Italo Pentimalli et JL Marshall

Italo Pentimalli et JL Marshall

LE POUVOIR DU CERVEAU QUANTIQUE

Comment libérer le potentiel caché de votre cerveau



ISBN 978-88-98829-40-8

©2014 Uno Editori

Première édition : novembre 2014

Tous droits réservés. Toute
reproduction, même partielle, par quelque moyen que ce soit,
doit être préalablement autorisée par l'éditeur.

Couverture : Monica Farinella

Mise en page : Caterina Robatto

Révision : Andrea Coggerino

Imprimer: IMPRIMANTES DE MARQUE - Castelfranco Veneto (TV)

Pour rester informé(e) des actualités d'Uno
Editori, rendez-vous sur :
www.unoeditori.com ou écrivez
à :
info@unoeditori.com

Aucune information contenue dans ce livre ne doit être considérée ou interprétée comme une volonté des auteurs de prodiguer des conseils médicaux ou thérapeutiques.

Si vous souffrez de problèmes ou de difficultés médicales, qu'elles soient physiques ou psychologiques, nous vous recommandons de consulter votre médecin.

Le lecteur assume l'entière responsabilité de l'utilisation des informations fournies dans cet ouvrage, dégageant les auteurs et l'éditeur de toute responsabilité, directe ou indirecte, envers eux-mêmes ou envers des tiers.

Le pouvoir du cerveau quantique®

Et

Quantum Subliminal Programming® est une
marque
déposée.

«Il existe une autre façon de voir les choses...»

0

Ce à quoi vous pouvez vous attendre

Quand j'utilise le mot « libre », je ne veux pas dire que je n'ai plus de problèmes ou que je ne fais plus d'erreurs. Par « libre », j'entends le

sentiment d'être maître de ma vie, de mon destin.

Je n'ai pas besoin de savoir ce que l'avenir me réserve, car je me sens capable d'affronter toute éventualité et de rendre chaque instant de ma vie merveilleux.

RICHARD BANDLER

Imaginez une méthode qui vous permette de programmer votre esprit pour vous aider à atteindre n'importe quel objectif imaginable.

Une méthode qui vous permet de choisir et d'emprunter les chemins qui vous mèneront exactement où vous le souhaitez, dans les plus brefs délais .

Une méthode qui peut vous guider vers l' épanouissement dans n'importe quel domaine, où l' effort et la volonté cèdent la place à la fluidité et à la spontanéité, comme si vous suiviez un courant vous poussant dans la direction choisie. Une méthode universelle, adaptable à tous vos objectifs : il vous suffit de l'ajuster à vos besoins.

Une méthode qui, appliquée pendant la durée appropriée et avec la bonne attitude, offre des résultats visibles systématiquement et pour tous, car le cerveau fonctionne de la même manière chez chacun d'entre nous.

Une méthode dont certains principes importants ont été transmis de génération en génération au sein de

des cercles d'influence restreints (et imaginez qu'aujourd'hui encore, de petits groupes d'initiés l'utilisent dans sa version la plus ésotérique...).

Une méthode dont les principes importants ont été utilisés par de grands et influents penseurs du passé, presque pour « plier » les événements à leur volonté, changeant finalement le destin de nations entières ; modifiant l'issue des guerres ; prévenant ou encourageant les épidémies, les révolutions, les coups d'État, et bien plus encore.

Une méthode qui trouve aujourd'hui sa justification dans les dernières découvertes en neurosciences et en sciences de pointe, une méthode qui va au-delà des apparences, au-delà de ce que les sources officielles ont jusqu'à présent choisi de divulguer.

Une méthode si puissante parce qu'elle est née avant tout d'une intuition, comme c'est presque toujours le cas avec les découvertes simples qui font toute la différence ; mais à partir de cette intuition, elle a ensuite été affinée et intégrée aux résultats de vingt années de recherche.

Une méthode ancrée dans l'étude des biographies de personnalités ayant connu un grand succès à travers le monde, dans les concepts des religions anciennes et des grands penseurs du passé , et même dans des enseignements tirés de disciplines telles que le chamanisme, le vaudou, la magie, le bouddhisme et, bien sûr, l'hindouisme.

Ce serait bien si une telle
méthode existait, n'est-ce pas ?
Et ce serait encore plus merveilleux si cette méthode
était à votre portée, dès aujourd'hui.
Ici et maintenant.

Bien : vous pouvez arrêter d'imaginer.

Cette méthode existe, elle a été codifiée et a déjà prouvé son efficacité auprès de centaines de personnes qui l'ont expérimentée, car elle a déjà été divulguée.

Un peu plus complexe que ce que vous trouverez dans ce livre, lors de séminaires spécifiques.

Les histoires que vous trouverez dans ce livre sont les témoignages authentiques de personnes qui l'ont vécu de près et qui ont donné leur consentement explicite à sa publication.

Eh bien, cette même méthode, dans une version plus accessible (mais tout aussi efficace), est exposée dans ce livre même, celui que vous tenez entre vos mains. C'est une certitude absolue, aussi certaine que la gravité.

Si vous décidez de l'appliquer en suivant les instructions et pendant une durée suffisante... vous obtiendrez des résultats qui dépasseront vos espérances les plus folles.

La vérité est la suivante :
vous n'êtes qu'à quelques pages de quelque
chose qui a le pouvoir de tout changer
dans votre vie, si seulement vous le permettez.

Suite à quoi, même dans votre vie, pourrait se mettre en place un processus qui vous amènerait à penser que plus rien ne sera jamais comme avant.

En bref : quelque chose qui a le pouvoir d'activer (ou de déclencher) une autre grande puissance.

Un pouvoir que vous avez toujours possédé, mais que l'on ne vous a jamais appris à diriger avec précision . Un pouvoir au potentiel illimité. C'est le pouvoir de votre cerveau. C'est le

pouvoir de votre cerveau quantique.

Concret et efficace

Attention : nous souhaitons établir une spécification ici.

Quand on parle de libérer tout le potentiel de votre cerveau, on ne parle pas de choses immatérielles.

Oui, nous parlons bien d'acquérir une capacité intuitive accrue.

Oui, nous parlons d'attirer davantage l'attention sur
Comparez ce qui vous est utile.

Oui, nous parlons d'une plus grande capacité à se percevoir soi-même
et à votre façon.

Oui, nous parlons aussi de développer une meilleure connaissance de soi, plus de
confiance en soi et une plus grande clarté dans votre vie.

Mais non, nous ne parlons pas seulement de cela.

Nous parlons aussi de choses très, très concrètes.

Par exemple:

- Souhaitez-vous améliorer votre niveau de vie, financièrement parlant, dans les plus brefs délais ?

Voici la méthode idéale pour commencer à progresser dans cette direction (elle a déjà fait ses preuves avec un succès retentissant). • Souhaitez-vous atteindre le poids idéal que

vous visez depuis longtemps ?

Voici la méthode idéale pour commencer à progresser dans cette direction (elle a déjà fait ses preuves). • Vous souhaitez devenir la personne confiante dont vous avez toujours rêvé ? Là aussi, il vous suffit d'appliquer cette méthode.

- Voulez-vous vivre votre vie avec la bonne personne (et peut-être vous retrouvez-vous aujourd'hui seul(e) ou avec la personne que vous jugez la moins appropriée) ? Bonne nouvelle : ce n'est qu'une question de temps.

Grâce à cette méthode, vous pouvez faire tout cela et bien plus encore.

Toujours.

Combien de temps?

Encore une fois : dans le temps « quantique » le plus court possible (et vous comprendrez pourquoi au fur et à mesure que le livre avance).

Non, ce n'est pas un miracle, ou du moins pas au sens où
Nous utilisons couramment ce terme.

Le seul véritable grand miracle est peut-être celui de l'esprit, un outil puissant qui, utilisé consciemment et dans la bonne direction, peut accomplir des choses que vous ne pouvez même pas imaginer en lisant ces mots.

Nous souhaitons vous expliquer comment tout cela est possible, et pour ce faire de la manière la plus utile possible, nous devons commencer par le début.

Il nous faut commencer par comprendre comment tout cela a commencé .

0,5 Creuser

« Que celui qui cherche ne cesse de chercher jusqu'à
ce qu'il trouve ; et lorsqu'il aura trouvé, il
sera émerveillé. »

Quand il sera émerveillé, il sera troublé et
dominera tout.

Évangile de Thomas

Nous aurions pu simplement commencer par vous expliquer la méthode.

Comme ça, tout de suite.

Il y a juste un problème : nous aurions considérablement réduit sa puissance.

Vous vous demandez sans doute pourquoi vous expliquer la méthode d'emblée en diminuerait l'efficacité. Vous le découvrirez au fil de votre lecture, mais nous tenions à vous le signaler dès maintenant.

Sa puissance serait réduite car un
composant fondamental serait manquant.

Nous vous posons une question : pouvez-vous planter un arbre qui poussera fort et luxuriant... directement sur votre sol ?

Bien sûr, c'est possible... mais d'abord, il faut enlever les tuiles, accéder aux fondations, creuser un trou, fertiliser la terre, apporter du soleil et de l'eau. Ce n'est qu'alors que vous pourrez planter votre arbre en espérant qu'il devienne vigoureux et luxuriant.

Ici : dans ce cas précis, cela fonctionne exactement de la même manière.

Semer la graine de cette méthode
dans votre esprit sans comprendre
comment et pourquoi elle a été créée, aurait pour effet de
jeter une graine sur un sol en briques.

Ça n'a pas beaucoup de sens, vous ne trouvez pas ?

C'est pourquoi vous devez d'abord faire un trou dans votre esprit, un trou dans votre système de croyances rationnelles.

Sans ce trou, rien ne peut se produire.

Nous avons pensé qu'il serait intéressant de commencer à creuser ce sujet en partant d'une histoire vraie. Il s'agit d'une histoire en partie romancée, nous tenons à le préciser.

D'autant plus que, sur le moment, nous n'avions pas réalisé l'importance que cela prendrait. Nous avons donc reconstitué certains détails par la suite.

Cependant, le récit global correspond à ce qui s'est réellement passé.

Cela raconte plus ou moins comment nous en sommes arrivés à cette méthode.

C'est pourquoi nous avons pensé qu'il était juste de vous faire faire plus ou moins le même voyage, afin que vous ne vous empariez pas de notre vérité (ce ne serait pas juste à notre avis, et pour la plupart des gens, cela ne fonctionnerait pas).

Au lieu de cela, en vous donnant accès à un échantillon de nos propres expériences et informations, nous souhaitons que vous puissiez trouver votre propre vérité.

Cela nous a semblé être la meilleure chose à faire pour vous, alors nous avons décidé de commencer à sonder votre esprit.

C'est pourquoi nous vous demandons de considérer le livre que vous tenez entre vos mains non pas comme une simple lecture, mais comme un voyage.

PS : Vous vous demandez peut-être aussi pourquoi les deux premiers chapitres de ce livre sont numérotés 0 et 0,5, respectivement ?

Pour une raison très simple : cela aurait pu être la préface et l'introduction, mais la grande majorité des gens ne lisent ni les préfaces ni les introductions.

En changeant simplement le nom, nous avons aidé votre cerveau à les considérer comme suffisamment importants pour que vous les lisiez.

Le cerveau est fascinant, n'est-ce pas ?

« Ne croyez pas ce que vous avez entendu ;
ne croyez pas aux traditions simplement parce qu'elles
se transmettent de génération en génération ;
ne croyez pas à quelque chose simplement
parce que beaucoup en ont parlé ou que des rumeurs
circulent ; ne croyez pas simplement parce qu'on vous cite une
déclaration écrite d'un sage ancien ; ne croyez pas aux conjectures ;
ne croyez pas à ce que vous
considérez comme vrai parce que vous vous y
êtes accroché par habitude. »

Ne vous fiez pas aveuglément à l'autorité de vos
professeurs et de vos aînés.

Après observation et analyse, lorsque la vérité que vous
avez trouvée est conforme à la raison et contribue au
bien et à l'amélioration de tous, alors acceptez-la, mettez-la en
pratique et vivez selon elle.

BOUDDHA

ATTENTION :

Pour tirer le meilleur parti de la lecture du livre que vous tenez entre vos mains... nous vous recommandons vivement de télécharger immédiatement (gratuitement) une ressource qui vous aidera à vous familiariser avec les sujets abordés dans les pages suivantes.

Agissez maintenant, c'est important !

www.poterecervelloquantico.it/risorse

1

Tout provient de quelque chose

« Nous devons apprendre à naviguer grâce aux étoiles, et
non grâce aux lumières de chaque navire qui passe devant nous. »

OMAR NELSON BRADLEY

Je marchais tranquillement quand il est arrivé.

À cette époque, je marchais comme presque tous les autres jours de ma vie.

Cette marche est devenue un rituel quotidien essentiel pour moi depuis plusieurs années. Un rituel qui a commencé comme un simple moyen de rester en forme (et la marche y contribue grandement).

Plus tard, j'ai cependant découvert que cela avait un effet secondaire agréable. Tout d'abord, pendant mes promenades, je parviens généralement à me déconnecter du flux de la journée, qu'il soit positif ou négatif.

La plupart du temps, je me contente de « mettre de l'ordre dans mes idées ». Mais parfois, je me surprends aussi à réfléchir à une vision d'ensemble.

Ce jour-là était l'un de ceux-là.

Il se passait des choses étranges dans ma vie à cette époque. Des choses si étranges et frappantes que je me suis vite demandé pourquoi les choses étaient ainsi.

Pourquoi est-il parfois facile de réussir et parfois extrêmement difficile de faire en sorte que les choses se passent bien ? Pourquoi y a-t-il des moments où tout semble se dérouler sans accroc et fonctionner

« automatiquement », et d'autres où, pour obtenir ce que l'on veut, il faut se battre de toutes ses forces ?

Si cela vous est déjà arrivé, vous savez de quoi je parle.

Il y a des moments où, pour gagner, on a l'impression de « devoir » se battre contre tout et contre tous.

Luttez contre vous-même.

Lutter contre les événements.

Combattre les autres.

Par ailleurs, les difficultés ne sont pas un problème en soi. Avec le temps, j'ai appris que les résultats finissent toujours par arriver.

Seule la violence
diminue la qualité de vie.

Oui, la lutte est assurément l'un des moyens d'atteindre le succès, ou de s'en approcher de très près.

Mais se battre... c'est épuisant.

Cela crée du stress.

Ce n'est pas (toujours) agréable.

Et puis je me suis demandé...

- Y aura-t-il un raccourci, un système pour nous « aligner », pour privilégier ces moments où tout est plus « naturel » ?
- Pourra-t-on « orienter » les événements ?

La « magie » existe-t-elle d'une manière ou d'une autre, comprise comme la capacité de façonner l'univers, votre univers personnel, selon votre volonté, selon une pensée ?

Raccourcis

Je vais ouvrir une parenthèse sur les raccourcis.

Vous devriez savoir que j'ai toujours été un « consommateur » de raccourcis.

J'adore les raccourcis (face à qui dit qu'ils n'existent pas).

Je crois que si vous les cherchez, vous trouverez des raccourcis dans presque tous les cas. Quoi.

Les raccourcis ne sont pas une mauvaise chose. Ils ne signifient pas « être intelligent et les autres

stupides ». Ils font ce que la nature a toujours fait : optimiser.

En réalité, la réflexion de ce jour-là ne portait pas tant sur la manière d'atteindre un résultat précis. La voie à suivre était déjà claire : se mettre au travail.

Il s'agissait davantage d'une réflexion sur la manière d'obtenir des résultats avec moins d'efforts que je ne l'avais toujours fait : d'une manière plus « automatique ».

Et ce même jour, sur les rives d'un lac, une inspiration intéressante m'est venue.

Plus qu'une simple inspiration, c'était un véritable schéma d'étapes logiques (initialement trois seulement, puis étendu).

Une simple « séquence » qui, si elle avait été appliquée, d'après ce que je comprenais à l'époque et d'après tout ce que j'avais lu et étudié sur le sujet, aurait dû produire des effets tangibles et mesurables, sans avoir à recourir à une alchimie particulière.

C'était en quelque sorte une synthèse d'années de lectures, de discussions et d'idées.

C'était comme si mon cerveau avait soudainement rassemblé tout ce dont il avait besoin, mais seulement ce dont il avait besoin, pour répondre à la question :

Existe-t-il un moyen plus simple ? Un raccourci pour atteindre votre objectif sans les efforts habituels ?

Ce qui m'est venu à l'esprit, presque instantanément, à ce moment-là, c'était le début d'un système qui allait devenir puissant. Très puissant.

Mais à ce moment-là, je ne le savais pas encore.

En fait : à ce moment-là, c'était tellement simple, trop simple.

C'est tellement simple que ça m'embarrasse même.

Une partie de moi disait que ce n'était pas possible, que ce n'était pas si simple ! Plus tard, en parlant avec Italo, j'ai compris pourquoi j'étais si incrédule.

Vous vous souvenez de l'exemple de l'arbre ? Étant donné mon tempérament très « rationnel et axé sur les résultats », je pouvais « sentir » que mon intuition était juste, mais il y avait en quelque sorte une faille dans mon système de croyances.

Sans trou, la graine peine à prendre racine et ne peut devenir un arbre.

Il me manquait certains arguments rationnels.

Pourtant, malgré cela, j'avais le sentiment que c'était tout.

Voilà, c'est tout.

Eh bien, j'avoue que même si je n'avais pas été seul, à ce moment-là je n'aurais pas eu le courage d'en parler avec
Personne.

Et pour une raison importante également : mon identité.

Qui suis-je ? Qui est JL Marshall ?

Je suis considéré comme un type fiable. Un type fiable.
Quelqu'un qui se soucie des résultats.

Mais alors comment quelqu'un comme lui peut-il parler (ou plutôt « émettre des hypothèses », étant donné qu'il n'a aucune preuve en main) d'« intuitions » mentales et métaphysiques ?

Comment une personne comme ça peut-elle prendre des décisions en se basant sur quelque chose qui semble être tombé du ciel ?

Peut-être aurait-il mieux valu se taire et fermer ce livre –
Il n'avait pas encore été écrit.

Ou peut-être pas.

En y réfléchissant, il y avait quelqu'un à qui je pouvais parler librement de ce sujet.

C'est mon cher ami Italo Pentimalli qui, à mon humble avis, est le plus grand expert italien sur ces sujets « hors des sentiers battus ».

Et par « plus expérimenté », je n'entends pas le plus sympathique, le plus charismatique ou celui qui paraît le plus en vue. Peut-être même pas le genre de personne à succès auquel on s'attend habituellement. Il ressemble plus à l'ami d'à côté qu'au « gourou du métier ».

« Situation » qui convient à tout le monde : bronzé, avec un sourire éclatant et des abdos en béton.

Mais d'après ce que j'ai vu, c'est le plus expérimenté.

Un expert est quelqu'un qui a lu le plus de livres, qui a réalisé le plus d'expériences, qui a essayé, échoué, puis réessayé.

Toujours avec une approche différente, avec un esprit ouvert.

Parfois, pour le simple plaisir de la recherche.

Ce qui manque, c'est que la télévision soit allumée devant lui.

Et au lieu de la télévision, un, deux, voire parfois trois livres sur la physique quantique, la psychologie, les philosophies orientales et occidentales anciennes et modernes, mais aussi sur les dernières découvertes concernant le cerveau et des dizaines d'autres documents, souvent dans différentes langues.

Celui qui a des notes sur des expériences en cours sur son bureau (des expériences qui, la plupart du temps, ne mènent à rien, comme cela arriverait à n'importe qui).

Eh bien, s'il y avait bien une personne assez ouverte d'esprit pour m'écouter lui parler de mon intuition, c'était lui !

Mais moi, aussi rationnel que je sois, je n'étais toujours pas convaincu.

Il devait y avoir au moins une « petite » faille dans mon système de croyances, sinon cette intuition n'aurait jamais émergé.

Comment le créer ?

Comment quelqu'un qui a l'habitude d'obtenir des résultats peut-il ne parler que de théories ?

En résumé : obtenir un résultat.

Je me suis donc dit que pour me convaincre de parler de cette intuition à Italo, il me faudrait quelque chose de « concret » à dire.

J'ai donc commencé à suivre ce processus, seule, dans un silence complet, sur différents aspects de ma vie. Qu'avais-je à perdre ?

À ce moment-là, un test a commencé et a duré plusieurs mois, avec (pour moi) des objectifs très concrets.

Et par concret, j'entends : tangible et mesurable.

Vive les files d'attente !

Je suivais ce nouveau système depuis plusieurs mois déjà, dans le plus grand secret, en notant fidèlement sur mon smartphone tout ce qui se passait.

Je n'en avais parlé à personne.

Vu sous cet angle, il était difficile de croire ce qui se passait, mais mes notes parlaient clairement.

Voici quelques EXEMPLES :

Quelques mois après le début de l'expérience, j'ai « eu la chance » de recevoir une commission de 24 000 euros pour la vente d'un bien immobilier, directement sur mon compte bancaire.

C'est bien, sauf que je ne suis pas agent immobilier de métier : c'était juste le résultat d'une campagne publicitaire lancée plusieurs mois plus tôt, presque pour plaisanter, pour le compte d'un ami rencontré dans le secteur.

Le plus curieux, ce n'est pas tant que la campagne ait donné des résultats. Bien sûr qu'elle en a donné, elle était bien menée, et si ce n'était pas le cas, je l'aurais modifiée mille fois jusqu'à ce qu'elle en obtienne (quelle galère !).

Le plus curieux, c'est que cette campagne était censée générer en moyenne environ 6 000 à 8 000 euros par bien vendu.

Pour tous les biens... sauf un. Le super penthouse !

Voilà : dans ce cas précis, j'ai eu la « chance » de vendre le bien le plus cher de tout le lot, comme ça, du premier coup.

Quel coup de chance ! Quelle coïncidence !

Et, coïncidence, cela s'est produit juste au moment de mon expérience.

Tout est écrit noir sur blanc.

Et à moi, qui croyais aux coïncidences et n'y croyais pas.

Hmmm... c'était intéressant.

Mais outre ce cas « particulièrement sensationnel » (surtout pour ma part), j'ai noté une autre série d'événements curieux au cours de ces mois.

Par exemple, j'ai perdu les 3 kg que j'avais pris pendant les fêtes de Noël.

Rien de nouveau sous le soleil. Après les fêtes de Noël, je retrouve toujours mon poids idéal.

Mais cette fois... c'est arrivé automatiquement. Sans que j'aie à y penser.

Je pourrais vous dire « c'est arrivé tout seul », sans effort.

Un autre événement « curieux » s'est produit durant cette période, encore une fois au travail.

J'avais sur mon bureau, depuis des mois, une ébauche de nouvelle campagne publicitaire. Je la regardais, mais je n'arrivais pas à y croire moi-même.

C'était un peu étrange, hors norme.

À ce moment-là, j'ai décidé de tenter l'expérience, suivant une petite voix intérieure « insistante ».

J'ai essayé et... j'ai été vraiment « bluffée » par les résultats. Ils étaient tellement performants que j'ai dû changer de système de collecte des contacts car le flux entrant était tel qu'il posait problème au système précédent !

En résumé : en quelques mois, des coups de chance se sont produits...
Des idées « brillantes » sont arrivées .

Et dans un cas, même un coup du sort (apparemment) important .

Une situation qui semblait dissonante par rapport aux autres, mais où l'on pouvait voir d'une certaine manière que « ce n'était pas une de mes situations habituelles ».

C'est le genre de situation où l'on se dit : « Eh bien, je n'aurais pas pu faire ça, mais à la place... quelle malchance ! »

C'était tellement étranger à mon univers que même d'ici, je pouvais « percevoir » que c'était un fruit de l'expérience.

J'ai compris plus tard pourquoi ce coup du sort n'était pas vraiment de la « malchance ». Vous aussi, vous comprendrez mieux à la fin du livre ce que sont ce genre d'événements .

En fait, à ce moment-là, je notais tout ce qui se passait, pas forcément les choses positives. J'ai donc noté cet événement aussi.

Eh bien, après quelques mois de démarrage, c'était plus que suffisant pour moi.

J'avais pris courage, papier en main, en me disant que cela avait la possibilité de ne pas être qu'un simple fantasme, mais quelque chose de plus (pour le meilleur ou pour le pire).

J'avais pris ma décision : j'en parlerais à Italo et je lui montrerais mes notes.

Mais à ce moment-là, j'étais coincé dans les embouteillages sur l'autoroute avec ma femme et mes enfants.

Et à ce moment précis, j'entends mon fils me dire : « Papa, j'aime bien une fille, mais elle ne fait pas attention à moi. »

Eh bien, il faut savoir que mon fils avait onze ans à l'époque, il avait donc encore largement le temps d'apprendre à se faire « courtois ».

Mais je lui ai dit : « Écoute, fiston (bon, je n'ai pas utilisé « fiston », je protège juste le nom ici pour des raisons de confidentialité)... le fait est qu'il existe un moyen très simple de changer cela. Es-tu prêt à faire un effort ? »

"Oui, papa."

« D'accord, fiston, dit-il, c'est presque du niveau Jedi (on est fans de Star Wars !), un vrai tour de passe-passe mental. N'en parle à personne, sinon ils vont te prendre pour un fou. Mais fais ce que je te dis. Fais-le, et n'y pense plus. »

Que les enfants sont beaux !
Si vous leur dites quelque chose avec conviction,
ils ne vous poseront pas trop de questions.
Ils le font tout simplement.

Je lui explique la méthode dans sa version la plus simple possible (à l'époque, elle n'était pas codifiée comme elle l'est maintenant), mais pendant que je le fais, ma femme et mon autre fils tendent l'oreille.

« Écoute, » me dit-elle , « est-ce que ça pourrait marcher pour mon régime aussi ? »

Et j'ai dit : « Eh bien... je n'y avais même pas pensé, mais plus que ça... je ne sais pas vraiment. Tu veux essayer ? »

« Bien sûr que je vais essayer » (ma femme souhaite atteindre un certain « poids idéal » depuis quelques années, même si elle est déjà une belle femme, mais si c'est son objectif, alors c'est très bien... nous reparlerons de cet aspect des « bons objectifs » plus tard).

Entre autres qualités, elle a l'esprit très ouvert, comme un enfant.

Il essaie tout. Et il veut tout essayer !

Ce jour-là, coincé dans un long embouteillage sur l'autoroute, j'ai eu pour la première fois le courage de parler à quelqu'un d'autre qu'à moi-même de cette méthode « très » simple.

En le faisant, cela me semblait presque plus « réel ».

Mais pour l'instant, il ne s'agissait encore que d'hypothèses « non vérifiées », étayées uniquement par quelques étranges coïncidences hors du commun (positives et négatives) qui m'étaient arrivées pendant la période de l'expérience.

Et peut-être, me disais-je... que cela arriverait de toute façon (je pensais cela avant de parler à Italo).

Papa, on me dit que je suis beau...

Je ne me souviens plus de la phrase exacte : le fait est qu'environ un mois plus tard, nous dînions en famille et mon fils a dit : « Papa, papa, aujourd'hui deux filles m'ont dit que j'étais beau ! »

Et moi : « Bien sûr, fiston, tu as fait l'exercice que je t'ai donné, n'est-ce pas ? »

Et il a répondu : « Euh... en fait, seulement la première semaine, après j'ai oublié. »

« Ah... intéressant », me dis-je, « ça fonctionne mieux que prévu. »

Le soir même, à ma grande surprise, ma femme s'exclame : « Tu sais quoi ? Ça marche ! Pour la première fois cette semaine, je n'ai eu aucun mal à suivre le régime. »

« Quoi, quoi, quoi ? Vous êtes sérieux ? »

« Oui, oui, je n'avais vraiment pas envie de manger. Je me sentais déjà bien. En plus, j'avais même envie de m'inscrire à la salle de sport. »

« Mmm... », me suis-je dit... « mais est-il possible que tout cela soit dû à cette méthode si simple ? Et si tout cela n'était qu'une incroyable coïncidence ? »

Peut-être, mais je crois aux coïncidences et je n'y crois pas (ou plutôt, j'y croyais de moins en moins !).

En tout cas, c'était le « signal » que je ne pouvais ignorer.

Si je ne le faisais pas maintenant, je ne le referais pas.

Italo !

Le lendemain, la première chose que je fais, c'est appeler Italo.

« Hé Italo, je dois te dire ça. »

Avec beaucoup de gentillesse, il commence à écouter mon histoire : je lui parle de mes résultats, de ceux de mes enfants, de ceux de ma femme, et je lui dis que j'essaie encore d'autres choses.

Je lui explique qu'il se passe des choses « inhabituelles » : la plupart positives, mais aussi une en particulier, très inhabituelle et négative.

Et il me dit : « Extraordinaire, JL. On dirait la synthèse ultime de toutes mes années d'études, exprimée avec simplicité et élégance. Essentiel, je dirais. Vu comment tu me l'as raconté... bien sûr que ça marche ! Bien sûr que c'est lui. »

Il agit exactement là où il doit agir.

Oui, car pour ceux qui l'ignorent, Italo étudie depuis plus de vingt ans le fonctionnement de l'esprit des personnes qui réussissent. C'est une véritable obsession : trouver ce petit quelque chose, cette formule qui fonctionne à tous.

Il existe 100 000 façons de faire les choses.

Mais ce que je recherche toujours dans mon travail, c'est ce qui va à l'essentiel. Et Italo, à cet égard, me ressemble beaucoup.

L'essentiel est d'éliminer, d'éliminer et encore d'éliminer. Et cette intuition, si l'on peut dire, me semblait le point de départ idéal pour « combiner », dans une méthode simple mais efficace, des années et des années de recherche qu'il avait menées.

En résumé : lorsque j'ai parlé de cette méthode à Italo, son visage s'est illuminé, persuadé d'avoir trouvé quelque chose de puissant.

Mais ça, c'était pour lui, pas pour moi !

Contrairement à lui, je n'ai pas étudié ces matières pendant des années.

Oui, je sais quelque chose : j'ai toujours lu des livres, j'ai assisté à des séminaires.

Disons que je suis plus qu'un simple « sympathisant » de ce « monde des possibles » et que j'aime garder l'esprit ouvert et expérimenter.

Mais moi aussi, comme tous les gens « sceptiques » et rationnels, j'ai besoin d'informations et de données tangibles et mesurables. J'ai besoin de comprendre.

J'ai besoin d'une « faille » dans mon système de croyances.

Pourquoi es-tu si sûr que ça marche ?

Alors je demande à Italo : « Italo, pourquoi es-tu si convaincu que ça marche et que ce qui s'est passé n'était pas une simple coïncidence ? Convaincs-moi aussi, si tu peux ! » (Quel genre d'ami te dirait une chose pareille en sachant que tu étudies ces choses depuis vingt ans ? Enfin bref, Italo me connaît bien...).

Italo, faisant preuve d'une grande patience (contrairement à moi), prend la peine de me répondre.

Et il le fait avec une grande « rigueur », en travaillant sur de vieilles notes, des livres, des biographies.

En bref : elle s'appuie sur des années et des années d'études et de recherches.

Sa réponse s'est étalée sur plusieurs semaines et a été ponctuée de questions, de discussions et de matière à réflexion.

En bref : durant ces semaines, Italo a réussi à creuser la « brèche » dans mon système de croyances.

Cela m'a permis de comprendre rationnellement la validité de ce qui était arrivé intuitivement.

Dans les chapitres suivants, Italo, si vous le lui permettez, fera le Pareil pour toi.

Préparez-vous pour un voyage fascinant.

Préparez-vous à semer la graine du possible dans votre esprit.

Tout provient de quelque chose

J'avais toujours aimé les questions de JL Marshall.

Toute bonne réponse commence par une bonne question , et il avait toujours d'excellentes questions à me poser.

Oh mon Dieu... à vrai dire, disons simplement qu'avec le temps, je m'étais habitué à les apprécier.

En fait, au début, chaque fois qu'il m'en faisait un, c'était comme un coup de poing dans l'estomac.

Mais j'ai appris que ce sont les bonnes questions, celles qui vous donnent l'occasion de trouver de nouvelles réponses, qui vous font grandir, celles que vous n'avez souvent même pas le courage de poser, et encore moins de prendre la peine d'y répondre.

Qui sait si ce livre ne vous posera pas lui aussi de nombreuses questions nouvelles, pertinentes et importantes ?

Au début, ça m'agaçait, c'est vrai, mais j'ai découvert que...

Si, dans la vie, vous ne vous arrêtez pas aux apparences mais essayez d'aller plus loin, vous découvrirez souvent des choses très intéressantes.

Avec le temps, j'avais déjà appris à apprécier ses questions.

Parce qu'ils me permettaient souvent d'approfondir le sujet, me forçaient à réfléchir et à remettre en question ce que je savais, ne serait-ce que pour le confirmer peut-être, mais j'étais en quelque sorte contraint de le faire.

Vous arrive-t-il aussi de vivre des situations ou de rencontrer des personnes qui vous agacent d'une manière ou d'une autre ?

Si je m'étais arrêté à ce simple désagrément, nous ne serions probablement pas là à en parler aujourd'hui.

Au contraire, j'ai découvert avec le temps que tout ce qui vous dérange est, d'une certaine manière, le reflet de vous-même, quelque chose en vous que vous devez encore régler, une question à laquelle vous devez encore répondre, une partie de vous que vous devez encore intégrer, équilibrer.

C'est pourquoi j'ai commencé à considérer ce «désagrément» comme un cadeau.

[NOTE DE JL : Merci de me dire que je t'ennuie, je ne te le pardonnerai pas ! Tu vas voir ce que je peux te faire... !!]

Je suis plutôt rondouillard , c'est-à-dire que je fais partie de ces personnes avec lesquelles on a généralement envie de se rapprocher.

Il est coincé, le genre de personne qu'on reconnaît au premier coup d'œil comme un type intelligent, on sent qu'il a une personnalité forte et déterminée, mais l'idée de se rapprocher de vous peut être intimidante.

Je suis ronde à l'extérieur , oui, mais avec un noyau carré.

JL Marshall est carré à l'extérieur , c'est vrai, mais avec un noyau rond et solide à l'intérieur.

Notre monde, notre vie, est plein d'opposés, dans sa quête invisible d' un équilibre sacré.

Je pense souvent que, d'une manière ou d'une autre, quelqu'un nous a délibérément placés sur le même chemin pour nous permettre de créer cette sorte d'équilibre alchimique capable de créer de grandes choses, ce que j'appelle la « vraie magie ».

En fait, j'en suis sûr. Rien n'arrive par hasard...

Êtes-vous satisfait ?

JL étant de ceux qui ne se laissent pas dicter leur conduite, il place constamment la barre plus haut, vers l'excellence.

Un jour, un journaliste a demandé à Winston Churchill, le célèbre homme d'État et Premier ministre britannique :

« Monsieur le Président, on dit de vous que vous avez un caractère difficile, que vous n'êtes jamais satisfait. Est-ce vrai ? »

La réponse de Churchill fut :

« Il est faux de dire que je ne suis jamais satisfait. Bien sûr que si. Je me contente simplement du meilleur. »

Mais la vie ne fonctionne pas toujours ainsi, comme vous l'avez peut-être constaté.

C'est vrai, il existe toute une série de personnes qui vivent constamment une sorte de voyage vers leur propre niveau.

Vivre pleinement sa vie, dans une anticipation constante, est une expérience supérieure .

Des athlètes qui établissent leurs propres records personnels ou mondiaux et visent directement le prochain, des entrepreneurs qui continuent à réaliser des profits toujours croissants.

Mais aussi la femme heureuse de votre voisin, qui se réveille satisfaite de sa vie, de ses enfants, vit intensément sa relation au quotidien, s'inscrit à la salle de sport, parvient à avoir du temps pour elle et à passer du temps avec ses amis.

Mais il existe aussi tout un autre groupe de personnes qui vivent souvent sans le savoir ou qui ne portent en elles qu'un simple doute auquel elles n'ont pas le courage de prêter attention et de répondre... se contentant de peu.

Et

Les personnes satisfaites de leur situation économique : soit parce qu'il n'y a pas de travail, soit parce qu'elles ont au moins un emploi stable, soit parce que le marché est en déclin et que les gens achètent moins.

Ces personnes qui obtiennent des résultats extraordinaires dans leur domaine professionnel mais qui... vivent dans une sorte de guerre quotidienne constante, n'ont jamais de temps pour rien, leurs relations se détériorent, elles ne connaissent plus leurs partenaires ou réalisent un jour qu'elles ne connaissent plus leurs enfants.

Les personnes qui se contentent du diagnostic de leur médecin (je le dis avec tout le respect que je dois à la profession médicale), des ordonnances qu'il leur a prescrites ou de l'idée qu'il se fait de leur santé.

Pourquoi nous contentons-nous de peu ?

Pourquoi te contentes- tu de si peu ?

Pourquoi ne le dites-vous pas ?

Pourquoi ne pas établir le record du monde et ensuite...

Le prochain ?

Pourquoi ne pas vivre une vie, même simple si vous le souhaitez, mais une vie pleinement épanouissante et conforme à vos plus hautes aspirations ?

Pour préparer le terrain qui vous permettra ensuite de semer la graine du possible, voici la première question que vous devriez vous poser : « Et s'il existait une autre façon de voir les choses ? »

Oui, en allant plus loin, on peut découvrir beaucoup de choses intéressantes.

Vous le verrez bientôt.

Je ne l'ai pas lu, je l'ai vécu.

S'installer. Je sais ce que cela signifie parce que je l'ai vécu.

J'ai moi-même vécu chacune de ces situations, celles qui vous frappent comme un coup de poing dans l'estomac et qui menacent de vous couper le souffle pour toujours.

J'ai eu une enfance confortable, pour me retrouver sans le sou à quinze ans, au sein d'une famille moralement brisée. Ce moment, où nous avons tout perdu à cause d'un événement très étrange, a bouleversé mes aspirations.

Je me suis retrouvé contraint d'agir rapidement, alors je me suis engagé dans les forces armées à dix-neuf ans, j'ai été catapulté à près de 600 kilomètres de chez moi et j'ai gravi les échelons de l'armée de l'air jusqu'à atteindre le grade d'adjudant-chef de première classe avec la qualification d'instructeur en chef d'aéronefs.

Pendant plus de dix ans, j'ai lutté contre le cauchemar du réveil matinal.

Même si c'était un endroit sûr et que j'y ai beaucoup appris... ce n'était pas ce que je voulais pour moi. Ce n'était pas ma place, c'est tout. Penser que je devais vivre au moins huit heures par jour...

Le jour, une vie qui n'était pas la mienne jusqu'à l'âge de la retraite me coupait le souffle la nuit.

J'ai essayé de créer de nouvelles entreprises et j'ai lamentablement échoué, au moins quatre fois de suite.

Je me suis retrouvée, comme ma famille avant moi, sans le sou. Ce qui signifiait un compte bloqué, des cartes de crédit bloquées, le frigo vide, rien à manger.

Ce n'est pas une sensation agréable.

Je me sentais comme un échec, j'ai pleuré de désespoir, j'ai vécu trois grandes déceptions amoureuses consécutives qui auraient mis n'importe qui à genoux vu la façon dont elles sont survenues (en fait, elles m'ont mis à genoux), avant de rencontrer la personne qui est devenue ma femme et qui m'a donné mes trois magnifiques enfants.

J'en suis arrivé à fixer sérieusement une fenêtre, au dernier étage d'un immeuble, avec des pensées si horribles que je n'ose même plus les imaginer aujourd'hui...

Aujourd'hui, je sais qu'il existerait une de ces questions puissantes qui pourrait changer ma perspective à tous ces moments-là : ce que je pense en ce moment est-il vrai ?

« Bien sûr que je suis satisfait. Tout simplement le meilleur... » avait déclaré Churchill.

Cela n'a rien à voir avec le sentiment de gratitude que nous devrions constamment éprouver envers tout ce qui nous entoure, c'est tout autre chose.

Je dis simplement que si nous avions ne serait-ce qu'une infime perception de ce que nous pourrions vraiment être, faire, réaliser et accomplir, nous ne serions probablement plus satisfaits.

Vous vous contentez de peu ?

En réalité, nous ne savons pas. Ou bien nous avons peur

Le problème, c'est que l'on se dit souvent : « C'est la vie, c'est comme ça que ça se passe... »
Que se passe-t-il ? Qui a dit ça ?!

Enfants, on nous disait de rêver, tandis que nous essayions de marcher et que nous tombions, tout le monde nous encourageait : « Allez, tu peux le faire... »

Après chaque chute, nous n'avons jamais douté nous-mêmes que nous y arriverions.

Mais à un certain moment, tout a changé, ils ont commencé à nous dire : « Affrontez la réalité. » Chaque chute que nous commettions s'accompagnait du jugement des autres (qui se transformait lentement en notre propre jugement).

Tous les facteurs qui ont contribué à « installer » le plus grand danger dans nos esprits : une peur immense.

Y avez-vous déjà pensé ?

Quel est le plus gros problème que vous aimeriez résoudre aujourd'hui ?

Quel est votre plus grand rêve en ce moment ?

Votre plus grande aspiration, votre plus grand objectif ?

Mais surtout, pourquoi ne l'avez-vous pas encore fait ?

Quelle est votre plus grande peur ?

Ce que nous désirons semble si lointain, presque absurde d'y espérer.

Nous faisons donc des choix guidés par la peur, une peur déguisée en « il faut faire face à la réalité ».

Mais ce n'est pas une peur réelle, c'est un mensonge que l'on se raconte sans le savoir.

Tout vient de quelque chose, oui : mais de quoi ?

Lorsque JL m'a raconté son expérience, j'ai été étonné non pas par le fait que certaines choses lui soient arrivées, mais par la simplicité et l'élégance avec lesquelles il y était parvenu.

Étaient-ce vraiment le fruit du hasard, comme il
me l'a demandé, ou y avait-il
quelque chose de plus profond ?
Peut-être avait-il presque involontairement
déclenché une force plus puissante
qu'il ne pouvait l'imaginer ?

J'avais déjà une première idée de la réponse

Le défi, cependant, était de lui faire comprendre.

Son intuition, sa méthode – si simple qu'elle paraissait presque « trop simple » – semblaient être en quelque sorte la synthèse ultime de plus de vingt ans d'études et de recherches que j'avais menées sur le fonctionnement du cerveau et les fascinants mystères de l'esprit.

Mais je le savais, après vingt ans d'études, d'expériences et de recherches.

Le défi était de lui faire comprendre aussi (à toi aujourd'hui), et la manière dont j'entends le lui faire comprendre ne passe pas par l'enseignement.

Je pourrais vous l'expliquer ici, en quelques mots, vous donner une formule.

Le problème ? Vous ne le comprendriez pas vraiment.

Pour moi, « clarifier les choses » signifie laisser la réponse émerger en soi, c'est-à-dire se l'approprier. Ce n'est qu'ainsi que je pouvais être sûre que JL la comprendrait vraiment, qu'il se la ferait sienne.

Et c'est seulement ainsi que je peux penser qu'aujourd'hui vous aussi pouvez faire de même.

Pour parvenir à ce résultat – je le savais très bien – il me faudrait creuser.

Je ne pourrais jamais, au grand jamais, planter la « graine du possible » sur un sol en marbre massif.

Si je lui avais donné ma réponse immédiatement... ses attentes et ses idées préconçues auraient été en contradiction avec mes propos. Ils auraient, d'une manière ou d'une autre, « jugé » l'information, en déformant le sens.

Si je l'avais fait... j'aurais probablement stimulé son intellect, qui aurait même pu dire : « Oui, je le sais déjà, Italo, vas-y. » Mais savoir est une chose : savoir comment le faire en est une autre .

Si j'avais fait ça... certaines choses que je lui aurais dites lui auraient paru incroyables (incrédules , c'est-à-dire non crédibles) et je voulais que tout, sauf ce que je lui aurais dit, lui paraisse non crédible.

Au contraire, je souhaitais que, une fois arrivé au point où je pourrais lui en parler, mes propos soient non seulement absolument

crédibles, mais aussi naturels et spontanés.

Non, ce qui lui est arrivé n'était pas une coïncidence.

Malheureusement (ou heureusement), il n'y avait qu'une seule voie possible. Il me suffisait de prendre le temps de rassembler les notes de toute une vie.

Je les préparerais afin de pouvoir les lui présenter progressivement, de la même manière que je les avais moi-même comprises : en commençant par le début.

En résumé, les étapes que j'aurais suivies, et que je vais maintenant suivre avec vous, sont les suivantes :

- COMMENT FONCTIONNE NOTRE ESPRIT (CHAPITRE 2)

Si j'avais dû lui faire comprendre comment notre cerveau influence la réalité, je n'aurais pas pu m'en sortir, d'abord.

De tout, pour lui montrer comment fonctionne notre esprit. Un voyage fascinant qui aurait pu poser les fondements de tout ce que nous verrions par la suite.

- COMMENT LE CERVEAU A LE POUVOIR D'INFLUENCER VOTRE RÉALITÉ (CHAPITRE 3)

Une fois que vous comprenez le fonctionnement du cerveau, il est important de saisir à quel point et comment il peut influencer votre destin, souvent à votre insu. Un pouvoir qui dépasse l'entendement.

- LE CERVEAU QUANTIQUE : LA SCIENCE DE L'IMPOSSIBLE (CHAPITRE 4)

Les miracles ne se produisent pas en contradiction avec la nature, comme le disait saint Augustin, mais seulement en relation avec ce que nous en savons. Une fois que vous aurez intimement compris le fonctionnement mécanique du cerveau, vous découvrirez qu'il possède un pouvoir encore plus grand, ce que j'aime appeler « pouvoir quantique ».

Un pouvoir capable d'agir à des niveaux beaucoup plus subtils et de littéralement infléchir le cours des événements.

Ce n'est qu'en suivant ce processus logique, en partant de l'extérieur pour aller vers l'intérieur, ce n'est qu'en lui faisant vivre ce que je lui aurais dit, que j'aurais pu semer la graine du possible en JL et lui faire comprendre (et maintenant à vous aussi) que ce qu'il avait ressenti... n'était pas de simples coïncidences.

Mais j'ai fait bien plus...

J'ai décidé de rassembler toutes mes études pour répondre à sa question, mais pas seulement.

J'ai également décidé d'intégrer mes propres notes personnelles à ce processus : toute une série de questions qui avaient modifié ma propre perspective au fil des ans , une réponse à la fois.

Vous trouverez ces questions aujourd'hui dans ce livre.

Ils peuvent être consultés rapidement.

Ou bien, on peut les lire attentivement.

Ou bien ils peuvent être expérimentés, leur apportant une réponse (écrite) complète et exhaustive pour votre cas particulier.

Une réponse écrite et, surtout, honnête.

Honnête car il ne s'agit pas d'une course, mais d'un cheminement : personne n'est en avance ni en retard, personne n'est plus éclairé ni moins. Chacun est exactement là où il doit être.

Ce n'est pas une course... c'est la vie.

Nous sommes tous à la fois enseignants et élèves.

C'est pourquoi je vous demande d'être honnête car, si vous me l'accordez, ce sera un plaisir pour moi de vous accompagner dans un voyage au-delà des apparences, un voyage qui pourrait vous amener à découvrir des choses très intéressantes sur vous-même.

Selon vos choix, il va sans dire que la lecture de ce livre aura un résultat profondément différent.

Le choix vous appartient.

Disons-nous la vérité.

Si vous découvriez réellement qu'il existe en vous quelque chose de très puissant, capable de produire de véritables expériences, vous ne tenteriez pas de le repousser de toutes vos forces.

Quels sont vos points forts et vos points faibles, et qu'est-ce que vous ne souhaitez pas voir se traduire en résultats concrets ?

Ne pensez-vous pas que vous vous concentreriez sur ce que vous voulez au lieu d'être constamment découragé par les problèmes ou de vous contenter de ce que vous obtenez ?

La bonne nouvelle, c'est que ce « quelque chose » existe et que nous allons commencer à le découvrir dans les prochaines pages de ce livre.

Ce « quelque chose », c'est le potentiel que vous avez toujours eu, mais qui est resté caché dans votre cerveau. Le moment est venu de le découvrir.

Êtes-vous prêt pour un voyage fascinant au cœur de votre cerveau ?

Notes et questions

– Qu'est-ce que la vie ?

– Ce qui me dérange chez les autres ou ce qui, en général, dans vie?

– Réfléchissez bien : quelle partie de vous pourrait être en conflit avec ce qui vous dérange (un reflet de quelque chose que vous devez équilibrer ou encore parfaitement intégrer) ?

- Zone professionnel, personnel, financier, sentimental/relationnel, santé : dans lequel de ces domaines y a-t-il quelque chose ? Quelque chose ne se passe pas comme prévu ?

- À quoi est-ce que je me contente ?

- Si tout était vraiment possible : quel est le problème ?

J'aimerais résoudre ce problème ? Ou plutôt, atteindre l'objectif, le rêve, l'aspiration la plus profonde. Un grand objectif que j'aimerais atteindre ?

- Pourquoi me contenter de si peu ? Quel est mon plus grand... grande peur ?

- Quelles considérations, idées, connaissances ou Quelles réflexions avez-vous tirées de la lecture de ce chapitre ?

Tout provient de quelque chose CE QU'IL FAUT RETENIR

- JL Marshall découvre « intuitivement » une méthode qui semble favoriser la fluidité avec laquelle il obtient des résultats, donnant lieu à des résultats et des événements très particuliers.
- Après y avoir longuement réfléchi et après avoir établi ses résultats, il décide d'en parler à Italo, lui demandant si tout cela n'était que le fruit du hasard ou si cette méthode simple pouvait réellement fonctionner.

Italo répond que cela fonctionne parfaitement : il s'agit apparemment de l'optimisation élégante de plus de 20 ans de recherche sur le fonctionnement de l'esprit. Cela fonctionne car cela agit précisément là où c'est nécessaire.

- Pour vraiment comprendre la méthode, il faut faire le voyage ; sinon, beaucoup de choses seraient vraiment comprises et d'autres, dites immédiatement, sembleraient incroyables (non crédibles).
- Ce sont les grandes questions qui apportent les grandes réponses : si dans la vie vous ne vous arrêtez pas aux apparences mais essayez d'aller plus loin, vous découvrirez souvent des choses très intéressantes.
- Tout ce qui vous dérange dans la vie, ou toute personne qui vous dérange, recèle une question à laquelle vous n'avez pas encore répondu, une caractéristique que vous n'avez pas encore intégrée, équilibrée.
- Souvent, sans nous en rendre compte, nous nous contentons de peu : soit parce que nous n'imaginons pas pouvoir faire mieux, soit

Car, même sans le savoir, nous avons peur.

Pour tirer pleinement profit de ce livre, il est essentiel de mettre de côté vos attentes et vos préjugés. Il est préférable de le considérer comme un voyage, de le vivre pleinement et de répondre aux questions avec honnêteté. Savoir est une chose, savoir comment faire en est une autre .

Le pouvoir du cerveau quantique

HISTOIRES DE VIE

Pour commencer, nous sommes deux à utiliser chez nous les techniques apprises lors du séminaire « Le Cerveau Quantique ». Notre cheminement vers la cohérence a débuté le soir même de la fin du séminaire, se poursuit aujourd'hui et nous comptons bien le poursuivre indéfiniment. Car c'est tout simplement merveilleux !

Les premiers jours, [...] nous étions conscients d'imaginer, mais plus tard, précisément ces derniers jours, il nous arrive que lorsque nous projetons notre meilleur film, nous ne sommes plus conscients d'imaginer et il semble même que nous vivions réellement ce que nous projetons.

Nous avons constaté de nombreux bienfaits [...] par exemple : l'un de nous pense quelque chose et l'autre l'exprime verbalement, cela arrive régulièrement ; plusieurs événements favorables se produisent le même jour : nous vendons notre maison en Floride après 17 mois d'événements défavorables ; une compagnie d'assurance nous indemnise pour les dommages corporels subis lors d'un accident de moto, après 6 longues années de procédures ; nos revenus automatiques ont augmenté ; de nouvelles opportunités d'emploi se présentent ; [...] nous avons réussi à vendre du matériel d'épicerie qui était invendu faute de demande ; nous pouvons nous concentrer jusqu'à 12 heures de travail intense sans ressentir de fatigue particulière en fin de journée ; notre relation intime s'est grandement améliorée ; nous avons abandonné la télévision ; nous rêvons tous les deux d'événements agréables ; il nous arrive de traverser des situations difficiles et des solutions nous viennent pendant la nuit ; nous avons le merveilleux sentiment d'être en harmonie avec le point zéro [...].

Nous vous remercions d'avance, et que dire de plus ? Cette fois encore, au moment où nous écrivons ces lignes, nous restons parfaitement cohérents et nous avons confiance en notre intelligence quantique pour nous aider à atteindre notre objectif : faire passer notre message au plus grand nombre.

Salutations du Cerveau Quantique,

CELESTINO LT ET KATIA A.

2

Comment fonctionne l'esprit

« Faire de son mieux ne suffit pas ; il faut d'abord savoir
quoi faire, puis faire de son mieux. »

WILLIAM EDWARDS DEMING

Je serai bref.

Je suis né à Rome, le 15 juin 1974... ok ok, je plaisante !

Si la question à laquelle il fallait répondre était « Pourquoi les choses arrivent-elles ? » – ce que JL m'avait indirectement demandé –, je devais tout de même prendre un peu de recul.

S'il me fallait démontrer
comment le cerveau influence la réalité , je
n'avais d'autre choix que de commencer par démontrer
comment fonctionne le cerveau.
Une étape nécessaire et fondamentale qui vous
permettra ensuite de
comprendre intimement tout le reste.

Comment fonctionne le cerveau ? Vous êtes-vous déjà posé la question ? C'est ce que j'ai fait avec JL et ce que je vais faire maintenant avec vous.

Pour des raisons évidentes, je vais devoir faire quelques simplifications – je m'excuse d'avance si vous êtes médecin et que vous lisez ce livre, je sais que vous comprendrez et peut-être approuverez mon intention, et je vous assure que je m'efforcerai de transmettre l'essentiel du sujet de la manière la plus simple mais la plus fiable.

Mais en parlant de « je suis né »... Vous souvenez-vous de votre propre naissance ? Ou plutôt : vous souvenez-vous des premiers instants, des premières minutes passées dans le berceau, dans la chambre de bébé ?

Je sais que votre réponse est « Non » (vous voyez ? Je peux lire dans les pensées même à distance... cette expérience fonctionne toujours plutôt bien pour moi !).

Blague à part, je vous demande de faire un petit effort d'imagination.

Je vous demande de remonter le temps, à l'époque où vous êtes né, il y a quelques instants, quelques minutes, et où vous étiez encore dans le berceau.

Je me demande à quoi vous pensiez...

À quoi pensent les nouveau-nés dans leur berceau ?

J'ai assisté à la naissance de mes trois enfants ; je n'aurais échangé ce moment pour rien au monde. En les regardant, je me suis toujours demandé : « À quoi pensent-ils ? »

À la naissance, notre cerveau est presque totalement dépourvu d'informations autres que celles relatives aux instincts primaires (j'ai découvert plus tard que ce n'est pas exactement le cas, mais à ce stade de mes recherches, cela me semblait un bon point de départ).

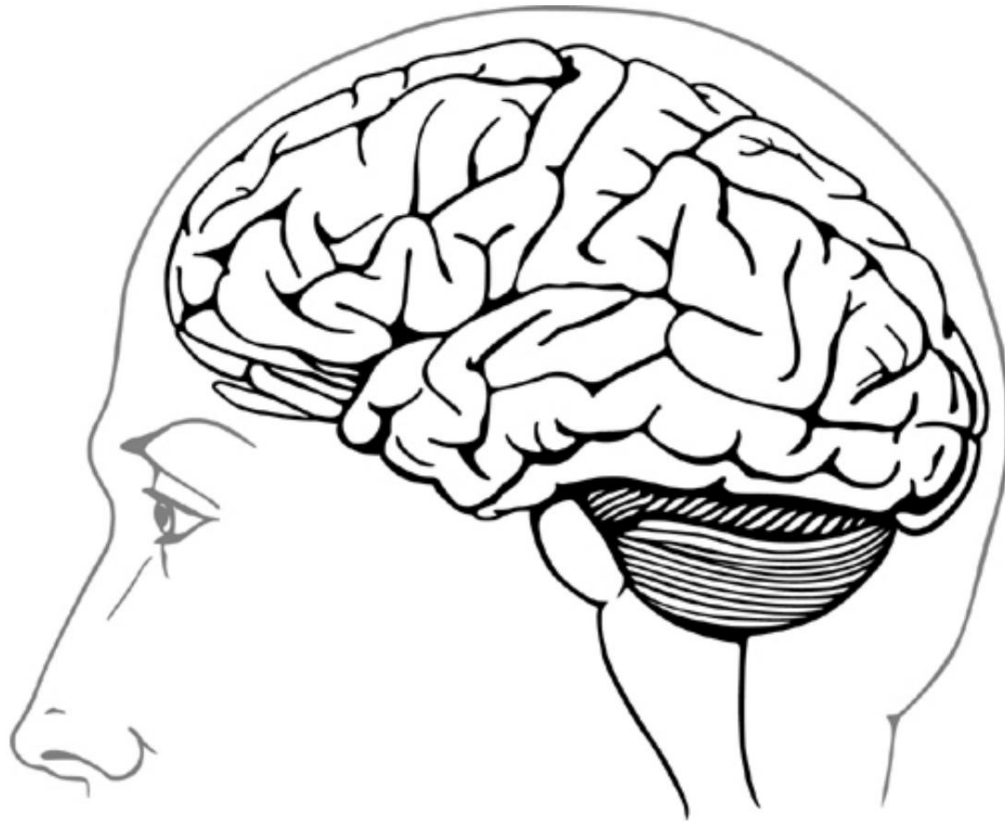
Et ensuite, que se passe-t-il ?

Comment fonctionne l'esprit

Au début, nous ne savons pratiquement rien faire, mais nous commençons très vite à recueillir des informations que nous traduisons ensuite en comportements et en actions.

Comme toutes les parties de notre corps, le cerveau est composé de cellules : dans ce cas précis, on les appelle « neurones » (cellules cérébrales, pour être précis).

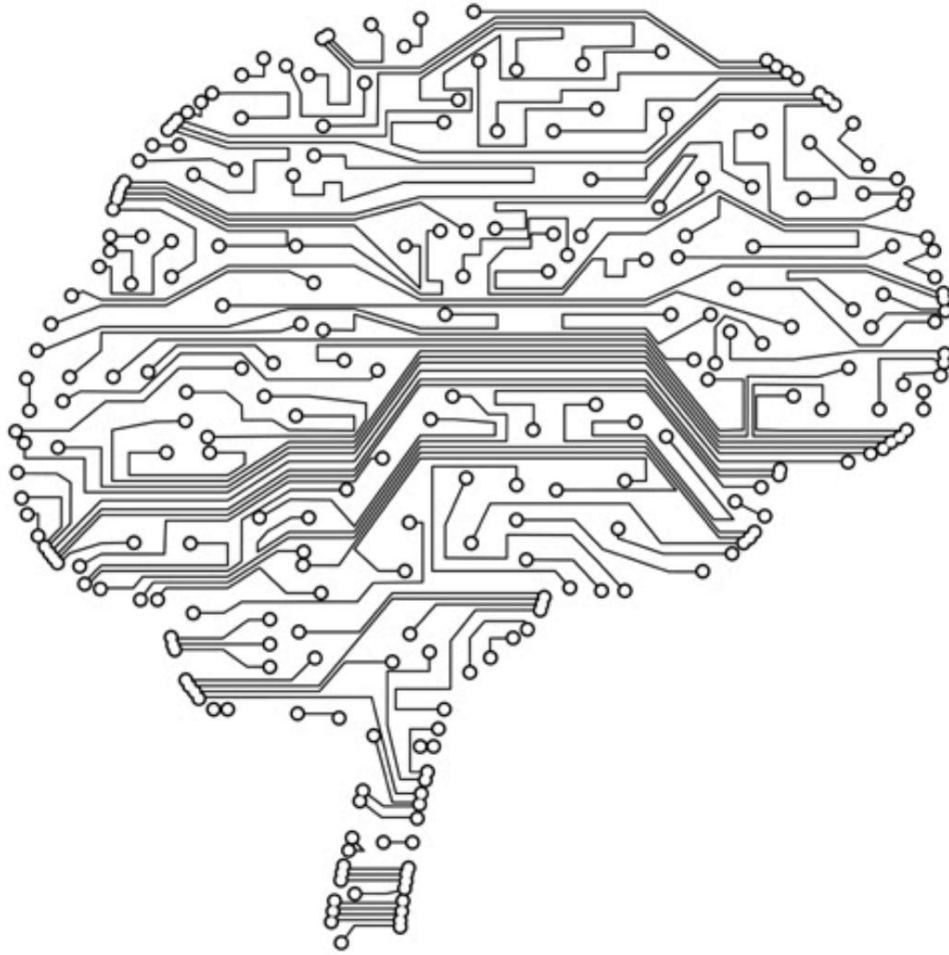
De la même manière qu'un agriculteur laboure son champ en créant des sillons, notre cerveau, suivant certains mécanismes, crée des connexions entre ces neurones.



Chaque fois que nous apprenons quelque chose, les différents neurones (remarque : chacun de nous possède environ 100 milliards de neurones...) se connectent les uns aux autres électriquement et biochimiquement, grâce à une véritable collaboration qui nous permet d'apprendre et de nous souvenir de tout ce que nous apprenons tout au long de notre vie.

Ce que nous tenons pour acquis est en réalité une grande merveille de la nature : le cerveau est né pour être programmé.

Les différentes connexions entre les neurones sont techniquement appelées « synapses » et l'on peut facilement considérer le cerveau comme un véritable circuit électrique (bien qu'il serait plus correct de le qualifier de bioélectrique, mais cela convient aussi).



On peut considérer le cerveau comme un véritable circuit électrique.

Les « synapses » connectent des milliards de neurones.

De l'école primaire... à l'obtention du diplôme

Je me demande à quoi pensent les nouveau-nés dans leur berceau... oui.

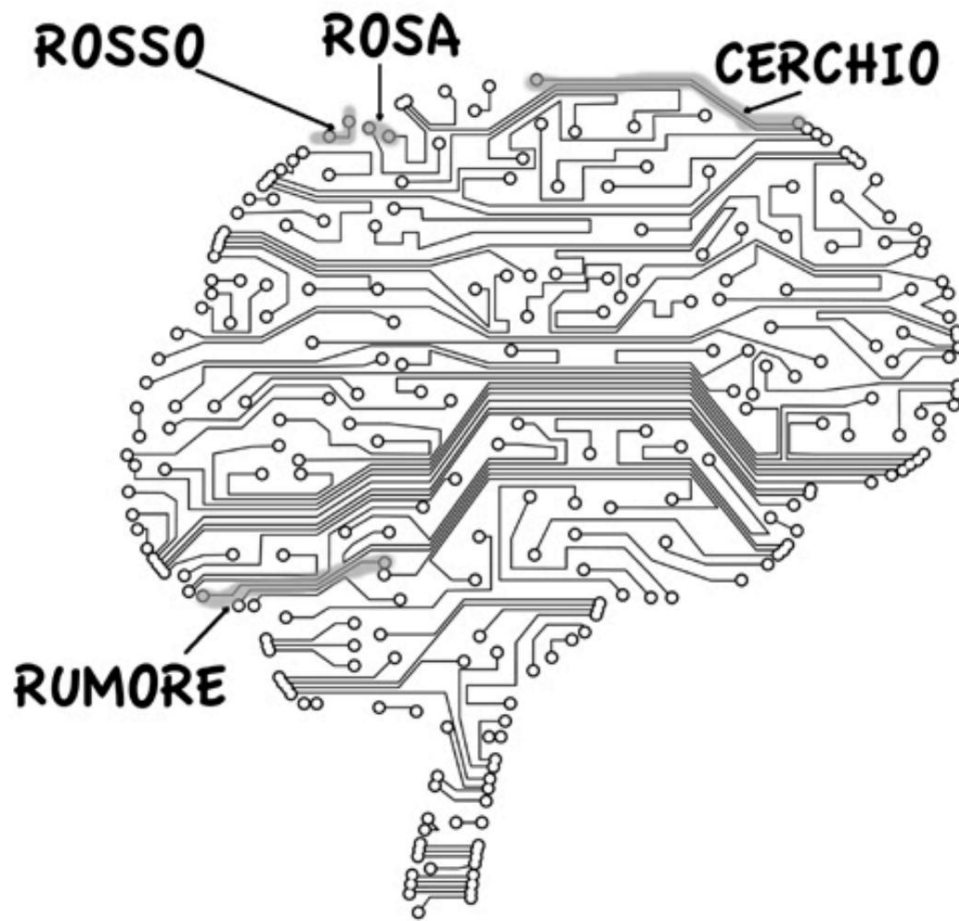
Parfois, je me dis qu'ils sont en contact avec quelque chose de bien plus profond qu'une simple pensée, quelque chose dont nous, adultes, oublions l'existence.

Parfois, je pense qu'ils ne pensent à rien.

En fait, au début, nous n'avons que très peu de ces connexions (synapses) : seulement celles préétablies par la « société mère », dirais-je.

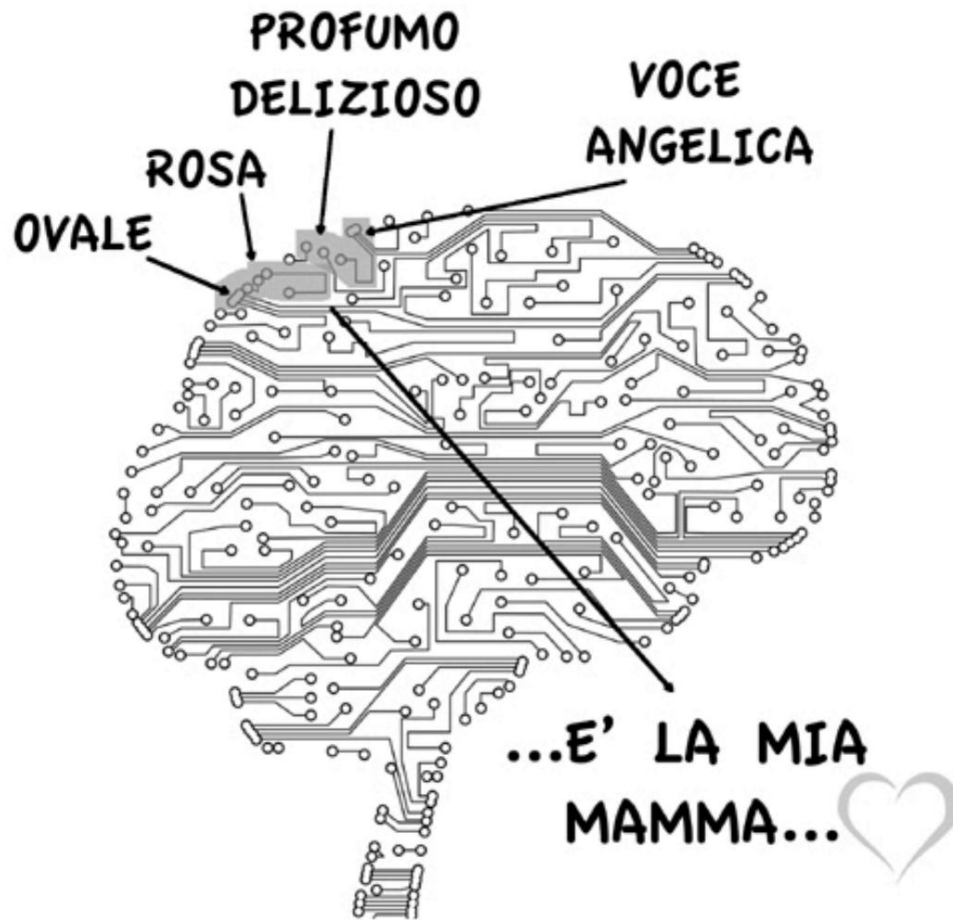
Mais notre cerveau est une machine extraordinaire. Comme nous le disions, il commence à accumuler des informations dès le départ.

En termes simples, on peut dire que le premier type d'information que nous commençons à accumuler est l'INFORMATION DE BASE : formes, couleurs, sons, etc.



Synapses : informations de base.

Mais alors, quelque chose d'encore plus extraordinaire se produit : au fil du temps, les informations de base commencent à collaborer entre elles, en une milliseconde, pour former des connaissances et des concepts plus complexes .



Synapses : informations avancées.

Ainsi, la coopération entre les informations de base crée des concepts plus complexes qui sont stockés dans le cerveau par les circuits électriques des synapses, des informations complexes que j'aime appeler « programmes mentaux ».

Voici un EXEMPLE DE COOPÉRATION entre des informations de base : – Ovale rose
(alias « visage »)
– Parfum délicieux – Voix
angélique –
PROGRAMME ESPRIT : MAMAN.

Bien sûr, c'est une simplification, chacun d'entre nous associe des choses différentes (même la couleur de peau est évidemment différente), mais c'est exactement comme ça que ça fonctionne.

C'est ainsi, au plus profond de nous-mêmes, que les pensées et les idées prennent vie.

Quel spectacle que la vie !

Non seulement le cerveau est une machine d'apprentissage extraordinaire, mais pour accroître sa productivité, il se simplifie avec le temps afin de pouvoir traiter de plus en plus d'informations.

Avec le temps, il ne s'intéressera plus spécifiquement à « ovale, rose, parfum délicieux, voix angélique »... il lui suffira de prendre en compte beaucoup moins de paramètres pour se souvenir instantanément du programme « MAMAN » (dans ce cas).

Synapses en action : arrêtez tout le monde ! Qui est-ce ?

À chaque arrivée d'un nouveau-né chez nous (je parie que ça vous est déjà arrivé aussi, si c'est le cas), nous sommes littéralement submergés d'amis et de proches venus rencontrer le nouveau-né et lui souhaiter la bienvenue. C'est le lot de toutes les familles, n'est-ce pas ? C'est toujours un moment rempli d'émotions merveilleuses.

Vous remarquerez que les personnes qui rendent le plus souvent visite aux nouveau-nés vivent toutes une succession de situations similaires : d'abord, l'indifférence du bébé, puis des soins plus attentifs, et enfin... miracle : arrive toujours un moment où le bébé leur adresse ses premiers sourires. « Regardez, il m'a souri ! Il m'a reconnu, vous voyez ?! »... « Il a reconnu mamie, papi, oncle, tante ... »

Ce sont des moments passionnants, oui.

Mais la question est : comment le nouveau-né a-t-il pu les reconnaître soudainement ?

Bien sûr, c'est évident : avec la formation progressive des synapses, c'est exactement ce dont je vous parlais tout à l'heure.

Maintenant que vous comprenez les synapses, vous savez qu'elles « relient » les informations de base et comment ces informations sont utilisées pour créer des connaissances plus complexes.

C'est pourquoi, à ce stade, vous saurez que ce processus dans la tête du nouveau-né ne s'est pas produit par hasard ou soudainement.

Durant cette période où il semblait ne pas réagir, le cerveau de l'enfant s'attelait à organiser les informations de base.

Une fois ce « programme » (c'est-à-dire un ensemble de synapses connectées d'une certaine manière) créé, il est instantanément rappelé par la suite, même si seuls quelques détails sont présents.

En bref : ce n'est pas que le nouveau-né ne vous sourit pas parce qu'il ne vous aime pas et que, soudain, en vous voyant lui apporter des cadeaux, il « se comporte un peu comme un petit malin » et vous adresse quelques sourires (oh mon Dieu... il y a peut-être un peu de ça aussi !).

En réalité, d'un point de vue cérébral, cet enfant n'avait pas préalablement intégré dans son cerveau toutes les informations de base qui lui auraient permis de vous reconnaître rapidement.

Alors, un par un, il a commencé à les insérer puis à les relier, créant ainsi un véritable programme mental : visage carré + vient me voir souvent + sourit + me caresse = c'est mon oncle.

Oui oui, ce n'est plus discutable,
c'est vraiment mon oncle !

À ce moment-là, le programme « ONCLE » sera instantanément rappelé et souvent activé avec une petite partie de tous les éléments qui l'ont créé (peut-être juste « visage carré + sourire »).

Et une fois créée... elle n'est plus remise en question.

Chaque fois que cet enfant voit cette personne, les zones du cerveau où l'information est stockée s'activent électriquement.

Ainsi, l'enfant n'aura plus besoin de vous scruter pour comprendre qui vous êtes, il vous reconnaîtra immédiatement car, avec le temps, de moins en moins de détails lui suffiront.

En bref : que vous soyez l'oncle (plus précisément l'oncle Carlo, la tante Maria, l'oncle Antonio ou la tante Elisabetta), cela ne sera plus remis en question. C'est comme ça !

Sur le plan mental, cette connaissance est acquise inconsciemment , c'est-à-dire par la partie de nous qui gère les processus automatiques, des processus qui n'ont plus besoin d'être vérifiés (oui, oui, ce n'est plus discutable, c'est bien mon oncle !).

Ce puissant organe situé dans notre tête (le cerveau) nous permet de faire beaucoup de choses : acquérir des compétences, des informations, reconnaître des visages, effectuer des raisonnements simples, complexes et même très complexes.

Les quatre étapes du processus d'apprentissage du cerveau

L'essentiel à comprendre est le suivant : ce processus d'apprentissage cérébral (l'ensemble du processus, de « Je ne vous connais pas » à « Oui... vous êtes mon oncle ») n'est plus sujet à discussion une fois appris et se déroule en quatre phases.

C'est un peu comme apprendre n'importe quelle compétence : conduire une voiture, jouer d'un instrument ou maîtriser les bons gestes dans un sport. Les quatre étapes sont toujours les mêmes : 1. incompétence inconsciente, 2. incompétence consciente, 3. compétence consciente, 4. compétence inconsciente.

Voici ce qui se passe dans chacune de ces phases :

1. INCOMPÉTENCE INCONSCIENTE

« Je ne sais pas comment faire, mais je ne sais même pas que je ne sais pas comment faire. »

Dans l'exemple de l'enfant : « Je ne pense pas que je devrais me soucier de qui est cette personne... ».

2. INCOMPÉTENCE CONSCIENTE

« Je ne sais pas comment faire, mais à ce stade, je m'en rends compte. »

Dans l'exemple de l'enfant : « Mais il vient souvent... il me sourit et fait des grimaces... soit il est fou, soit il vaut peut-être mieux que je découvre qui il est... »

3. COMPÉTENCE CONSCIENTE

« Comme je ne savais pas comment faire, j'ai décidé d'apprendre. » Mais cet apprentissage exige une vigilance constante de ma part (l'exemple classique étant la conduite automobile). Prenons l'exemple de l'enfant : « D'accord, il est déjà venu la dernière fois, il a les cheveux bruns, il m'apporte des cadeaux... oui, je crois que c'est mon oncle. Oui, oui, c'est bien lui. »

4. COMPÉTENCE INCONSCIENTE

Une fois pratiquée, cette connaissance/compétence ne requiert plus ma vigilance ; elle est mise en œuvre ou rappelée automatiquement (sans qu'on ait besoin de la questionner). Prenons l'exemple de l'enfant : « Regarde son visage ! Oui, mon oncle est arrivé ! »

Pensez à quelque chose que vous avez appris dans votre vie : pouvez-vous maintenant reconnaître la dynamique de ces quatre phases, n'est-ce pas ?

Que se passe-t-il dans ta tête ?

« N'y réfléchis plus, compris ? »

Mais que se passe-t-il lorsque, à un certain moment de la vie, certains types d'informations sont déjà présents dans le cerveau et ont déjà créé des synapses ?

Et surtout : que se passe-t-il si l'on cesse de questionner ces synapses ?! (Je me souviens encore que les synapses, ces programmes mentaux, sont à l'origine des pensées et des idées.)

Nous avons récemment organisé un cours sur les techniques de mémorisation et c'est précisément ce concept qui m'est venu à l'esprit.

À l'école, on nous apprend à étudier. Comment ? Souvent, tout simplement en nous disant de répéter à voix haute pour mémoriser (ou d'autres techniques similaires). C'est l'une des nombreuses informations que l'on ne remet plus en question après l'école (« On a toujours fait comme ça, on m'a toujours dit que c'était comme ça, tout le monde fait comme ça, alors c'est normal... »).

Il existe en revanche une autre façon de mémoriser (l'incompétence inconsciente... « Je ne sais pas comment faire, mais je n' imagine même pas qu'il existe une autre façon, car je tenais l'autre pour acquise »).

À un moment donné, quelqu'un arrive et me dit : « Sais-tu qu'il existe aujourd'hui différentes façons de mémoriser ? Elles sont bien plus productives, elles permettent de mémoriser plus vite et de retenir l'information plus longtemps. » (À ce moment-là, une nouvelle information arrive et l'incompétence passe de l'inconscient au conscient... « Je ne sais pas comment faire, mais au moins maintenant je sais que je ne sais pas comment faire. »)

Vous décidez de suivre la formation, vous apprenez les nouvelles techniques et vous constatez qu'elles sont bien plus productives, mais tout cela exige beaucoup plus d'attention qu'auparavant. En effet, vous développez une compétence consciente, une compétence qui requiert toute votre attention.

Mais après un peu de pratique avec la nouvelle méthode, vous n'aurez plus besoin d'y « réfléchir » ; elle vous viendra naturellement, tout comme la précédente (vous aurez développé une compétence inconsciente).

Ce processus était très évident durant ce cours, rien qu'en observant mon fils Manuel, avec qui j'ai participé (Manuel avait onze ans à l'époque).

Il était très impliqué et curieux, à tel point qu'il a continué à faire questions au formateur.

À un moment donné, je lui ai demandé : « Alors Manuel, à partir de lundi, nous allons commencer à étudier avec cette nouvelle méthode, ça te convient ? »

Sa réponse fut : « C'est très gentil, papa, mais... et si je m'entendais mieux avec l'autre ? »

« Tu sais, Manuel, » ai-je répondu, « ce n'est pas que tu sois mieux loti avec l'autre... tu ne peux pas le savoir pour l'instant. Au contraire, tu as l'habitude d'utiliser l'autre. Mais tu verras que dans ce cas précis, en répétant la nouvelle méthode, après un effort initial (qui est nécessaire !), tu te sentiras à l'aise avec celle-ci aussi : tu n'auras plus à y penser et tu le feras tout simplement automatiquement. »

Que se passe-t-il au niveau cérébral ?

Les anciens schémas mentaux (les anciennes synapses) auront tendance à être rappelés lorsqu'il y aura besoin de se souvenir de quelque chose.

N'oublions pas qu'il s'agit de véritables connexions électriques. Il est donc

évident que la modification de schémas de câblage existants pour en créer de nouveaux exige un effort initial.

C'est pourquoi il est parfois difficile de changer.

En pratique, il faut interrompre un circuit et en activer un nouveau.

Mais, une fois ce petit effort initial accompli... nous passons ici à la compétence inconsciente... Dans le cas de la mémoire : chaque fois que nous devons mémoriser quelque chose, le NOUVEAU PROGRAMME DE MÉMOIRE s'active automatiquement, beaucoup plus efficace et productif que l'ancien... et sans aucun effort.

Et puis, on finit par y croire vraiment...

Je pensais qu'il s'agissait d'un mécanisme que nous tenons souvent pour acquis et qui est en réalité un miracle extraordinaire de la nature.

En réalité, en vieillissant, nous continuons d'acquérir toutes sortes de schémas mentaux.

Le langage, par exemple : ce programme mental est lui aussi extraordinaire. Nous apprenons à reconnaître des signes, à les associer à des sons et à les combiner pour former des mots qui ont du sens.

Mais vous vous rendez compte à quel point c'est difficile ?!

Nous sommes entourés de milliers d'autres exemples : si chaque fois que nous voyions un feu, nous devions y plonger la main pour vérifier s'il était chaud, ce serait un véritable problème... Au lieu de cela, lorsque nous voyons du feu, notre cerveau active automatiquement le programme (la synapse) « FEU » ou « douleur ». L'idée de plonger la main dedans ne nous vient même pas à l'esprit (sauf dans de rares cas !).

Le cerveau possède précisément cette fonction extraordinaire : celle de créer des

automatismes qui échappent à notre contrôle conscient, nous permettant ainsi d'apprendre beaucoup de choses, de les faire plus rapidement... et de nous consacrer notre énergie.

Prenez garde à en apprendre davantage !

Oui, le cerveau est véritablement une machine extraordinaire.

Il y a cependant un problème : comme vous l'avez constaté, une fois que nous avons appris quelque chose en profondeur, nous le remettons rarement en question par la suite.

Dans certains cas, il s'agit d'un mécanisme productif et protecteur (voir le cas d'un incendie). Malheureusement, dans d'autres cas, il est un peu moins...

En fait, tout comme nous agissons et prenons des décisions en fonction de programmes installés dans notre esprit qui sont pour la plupart productifs (voir le langage)... malheureusement, avec le temps, nous risquons d'agir et de prendre des décisions en fonction de programmes qui étaient productifs lorsqu'ils ont été installés, mais qui, maintenant, ne le sont tout simplement plus.

Et pourtant... elles ne sont plus remises en question.

Voici quelques exemples de ces programmes :

- Ce qui est bon et ce qui ne l'est pas
- Ce qui est juste et ce qui est injuste
- Ce qui est vrai et ce qui est faux
- Ce qui est possible et ce qui est impossible...

...et toute une série d'autres programmes qui, d'une manière ou d'une autre, influencent notre destin.

Et ils le font d'une manière bien plus importante que vous ne l'imaginez (nous le découvrirons dans le chapitre suivant).

Le problème ?

Au final, nous croyons réellement en ces programmes, qu'ils soient justes ou non...

Vos synapses mises à l'épreuve

Un jour, un ami m'a suggéré un petit jeu, un de ces jeux d'intelligence classiques qu'on retrouve de temps en temps.

Il m'a dit : « Italo, lis cette suite numérique. Chaque ligne est le résultat de la précédente. Autrement dit, la deuxième ligne est le résultat de la première, la troisième de la deuxième, et ainsi de suite. »

Il me tendit la feuille et dit : « Je vous donne une minute pour trouver la ligne qui suit la dernière que j'ai écrite. »

Essayez d'en faire autant, vous qui lisez ce livre.

Ce petit exercice vous aidera à comprendre comment vos schémas de pensée, que vous considérez comme allant de soi, peuvent vous empêcher de voir des solutions simples dans la réalité qui vous entoure. C'est comme s'ils vous étaient invisibles.

Et c'est vrai, même si je vous le dis d'avance (imaginez si personne ne vous le dit !).

Vous n'y croyez pas ? Faites ce quiz. Vous avez une minute pour le résoudre.

Voici un résumé de ce que vous devez faire : vous devez lire la séquence numérique et, en fonction de la façon dont elle est écrite, remplir la dernière ligne.

Êtes-vous prêts ? Allez-y !

1 2
1 1 1 2
3 1 1 2
1 3 2 1 1 2
?

Avez-vous réussi ?

Il vous suffit de trouver la ligne qui suit la dernière écrite, en suivant la même logique que pour les quatre premières.

Eh bien, dans mon cas, la minute est passée inexorablement vite.
et je n'ai pas trouvé la solution.

J'ai fait ce jeu à plein de gens après qu'on me l'ait demandé, et presque personne n'a réussi à trouver la solution en une minute. En fait... même pas en cinq minutes !

Je me suis dit : « Il n'y a peut-être pas assez de temps. S'il m'avait donné quelques minutes de plus, j'aurais certainement pu y arriver. » Mais quand je lui ai demandé la solution, je suis resté sans voix... J'ai réalisé que j'étais complètement à côté de la plaque (je cherchais dans le « mauvais programme »). En réalité, il n'a fallu que quelques secondes pour écrire la ligne suivante.

En fait : une minute m'aurait permis d'écrire les 10 ou 20 lignes suivantes, et pas seulement une !

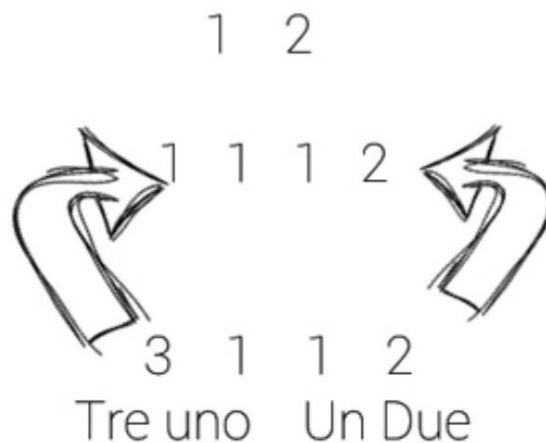
Voici la SOLUTION que mon ami m'a donnée.

Il a commencé à m'expliquer la première ligne...



« Chaque ligne, m'a-t-il expliqué , est le résultat de la précédente, non pas au niveau mathématique, mais plutôt au niveau sémantique et linguistique. »

J'étais stupéfait. Voici comment il a poursuivi son explication.



Si sur une ligne je lisais : 1 1 1 2 (comme écrit sur la deuxième ligne), je n'aurais rien eu d'autre à faire que d'écrire, sous forme numérique, ce que j'avais lu linguistiquement.

En lisant cette ligne, j'aurais dit linguistiquement : trois, un et deux. Par conséquent, la ligne suivante, traduite en chiffres, aurait été : 3 1 1 2. Et ainsi de suite pour toutes les autres lignes.



En suivant ce schéma, j'aurais pu écrire autant de lignes que je le souhaitais. La solution n'était en réalité pas difficile. Mais ce dont nous venons de parler s'est produit :

Après avoir vu quelques chiffres (quelques détails), mon cerveau avait automatiquement chargé le PROGRAMME « MATHÉMATIQUES » .

Sans mon consentement, sans que je le demande.

Domage... ce n'était pas le bon, dans ce cas précis.

Et à vous, même si je vous avais prévenu... il est fort probable que la même chose se soit produite.

Au moment où j'ai vu ce jeu pour la première fois, ce n'était qu'un jeu simple.

Oui, j'aurais peut-être été surpris, je m'en serais souvenu pour le faire à mes amis et à ma famille le jour de Noël, mais rien de plus.

Mais ce petit jeu m'a immédiatement fait réaliser quelque chose d'important.

Ce « petit jeu »... était bien plus qu'un simple jeu. C'était un parfait exemple de la façon dont nos schémas mentaux sont automatiquement réactivés , sans même que nous nous en rendions compte .

Le jeu ne m'intéressait pas vraiment, mais... et si c'était ce qui se passait dans la vie de tous les jours ?

Et si, tout au long de notre vie, nous réagissions exactement de la même manière face aux choix, aux doutes et aux opportunités ?

Et si, dans la vie, nous pensions être ceux qui pensent quelque chose, alors que trop souvent nous nous retrouvons à exécuter un simple programme mental appris il y a on ne sait combien de temps, qui agit de manière invisible et influence fortement notre destin ?

Dans leur simplicité, ces questions étaient bien trop importantes pour moi.

Il fallait les vérifier ; je ne pouvais supporter le doute de n'être qu'un simple exécutant de programmes mentaux.

D'un côté, l'idée me terrifiait. De l'autre, cependant, je dois l'admettre, elle m'intriguait.

Observez vos schémas mentaux en action : et si tout ce que vous savez était faux ?

Petit récapitulatif rapide : nous avons dit qu'au début, le cerveau est vierge de toute instruction, puis qu'avec le temps, il commence à accumuler des informations de base qu'il utilise ensuite pour créer des concepts plus complexes.

Une fois les synapses adéquates formées, ce programme mental passe au niveau de la compétence inconsciente : il s'exécute automatiquement, même en présence de peu de détails et surtout : il n'est plus remis en question.

Vous me suivez ?

On peut donc dire que nos pensées, nos idées, sont générées à partir des instructions contenues dans notre cerveau. Mais que se passerait-il si ces instructions étaient fausses ? Et si votre cerveau vous guidait dans la vie en se basant sur de mauvaises instructions ?

Y avez-vous déjà pensé ?

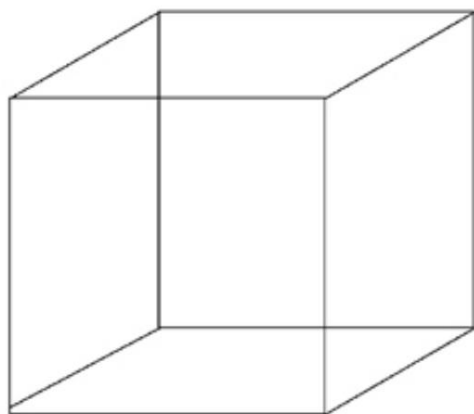
Je sais, il m'arrive de pousser les concepts à l'extrême, mais les extrêmes sont utiles pour susciter la curiosité, pour trouver des leviers permettant de construire de nouvelles réponses.

Je vais maintenant vous donner un autre exemple pour que vous compreniez par vous-même à quel point votre esprit peut « distordre » la réalité. Je vous donne ces exemples car, comme je vous l'ai dit au début (et comme je l'ai dit à JL), je veux que vous compreniez ce que nous disons par vous-même, et pas seulement de manière rationnelle.

C'est pourquoi, dans la mesure du possible, je ferai tout mon possible, dans ce livre, pour vous faire vivre des expériences.

Êtes-vous prêt alors ?

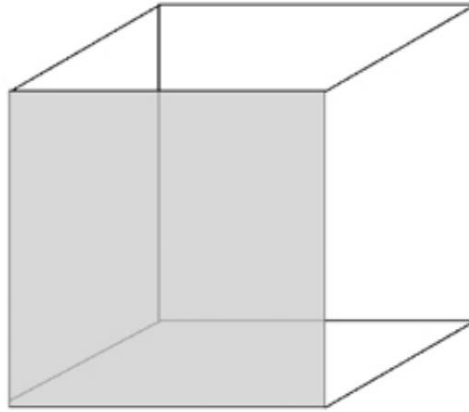
Regardez ce chiffre :



De quoi s'agit-il ?

La plupart des gens interprètent cette figure comme un cube dont la face inférieure gauche est orientée vers l'avant.

Allons-y, je vais vous montrer à nouveau le dessin, en mettant en évidence en gris le visage dont je parle.



Cela vous arrive-t-il aussi ?

Ok ok allez, ne me dites pas que ce n'est pas un cube !

En fait... je vous le dis, car en réalité, ce n'est pas vraiment un « cube » si on y regarde de plus près.

En réalité, il s'agit simplement de 12 lignes.
Elles se croisent.

Mais votre cerveau les a interprétées comme une image tridimensionnelle, alors qu'elles n'ont absolument rien de tridimensionnel (c'est sur une feuille de papier !).

Mais le plus étonnant, ce n'est pas que votre cerveau ait interprété cette image comme un cube – c'est tout à fait normal (oui, je sais que vous saviez au fond de vous qu'il s'agissait simplement d'une abstraction d'un cube). Le plus étonnant, c'est que cette abstraction était si convaincante que, d'une manière ou d'une autre, votre cerveau a même déterminé quelle face était l'avant.

RALENTI : Récapitulons ce qui s'est passé dans votre cerveau...

1. Vous avez vu une image (un ensemble de lignes)
2. Même avec peu de détails, votre cerveau l'a interprété et chargé : PROGRAMME MENTAL FIGURE GÉOMÉTRIQUE « CUBE »
3. Vous ne l'avez même pas remis en question et vous avez immédiatement pensée : « C'est un cube »

Maintenant, je vous lance un défi : que se passerait-il si vous essayiez de remettre en question ce programme mental ?

Eh bien, ce qui est bien, puisque tout est contrôlé par le cerveau, c'est que maintenant vous commencez au moins à avoir des doutes sur ce que vous voyez.

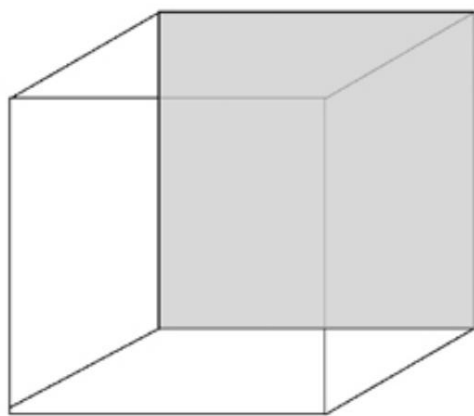
Rien ne vous empêche donc de vous interroger au moins sur le fait qu'il s'agit d'un cube dont la face inférieure gauche représente la face avant.

Essayons de changer quelque chose ensemble et voyons ce qui se passe.
Ça arrive, c'est bon ?

Je vais vous montrer comment déplacer l'image (oui, même si elle est encore sur une feuille de papier). Le mouvement peut parfois se produire spontanément, mais vous pouvez aussi le faire volontairement.

Voici comment : je vais vous demander de regarder à nouveau l'image et de concentrer votre esprit sur le fait de « regarder une nouvelle réalité », comme si la face arrière du cube... était en réalité la face avant.

En gros, je vais vous demander de regarder la zone que je surligne maintenant en gris :



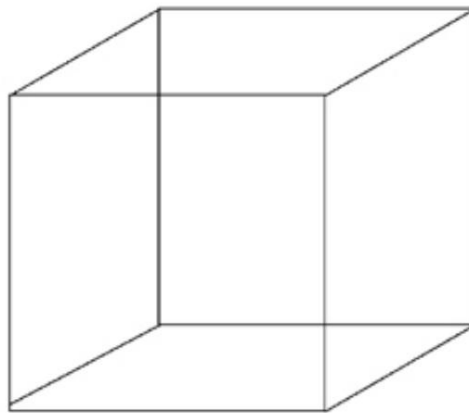
...et faites-en maintenant la face avant du cube (ne vous inquiétez pas, je vais vous montrer comment).

Alors, que devez-vous faire ?

- Sur l'image suivante, concentrez-vous sur le côté que nous venons de mettre en surbrillance en gris. •

Maintenez cette concentration pendant 10 à 20 secondes, sans quitter des yeux les yeux, si possible sans cligner des paupières, en pensant « AVANT » (imaginez qu'il s'agit de la face avant). • Vous constaterez qu'à un certain moment, généralement après 10 à 20 secondes, l'image se déplacera... et la face avant deviendra exactement celle-ci.

Maintenant, fixez à nouveau le cube du regard, comme je vous l'ai dit :



Avez-vous réussi ?

Optimal !

Réessayez si vous voulez. J'aime bien retoucher l'image.

Mais surtout, ce « petit jeu » nous fait comprendre que ce que nos yeux voient n'est que la vision que notre esprit nous permet de voir.

Maintenant, fais autre chose pour moi.

Que se passe-t-il maintenant si vous détournez votre attention de cette figure ?

Dans 90 % des cas, vous constaterez qu'il s'agit toujours du même vieux cube... c'est-à-dire tridimensionnel, la face inférieure gauche représentant la face avant.

Bref, toujours la même histoire.

Pourquoi cela se produit-il ? Pourquoi tout a-t-il tendance à revenir à ce qu'il était avant ?
Vous devriez l'avoir compris maintenant : parce que l'ancien programme mental (synapse) est toujours rappelé (c'est toujours un circuit électrique, n'est-ce pas ?).

La nouvelle capacité à « voir le cube différemment » relève encore du niveau de la
COMPÉTENCE CONSCIENTE (elle requiert votre attention).

Mais rassurez-vous, si vous vous entraîniez à percevoir différemment ces 12 lignes
qui se croisent pendant un certain temps, à un moment donné, vous n'auriez plus
besoin de vous concentrer (votre capacité passerait de consciente à INCONSCIENTE).

Il existe une autre façon de voir les choses.

Et c'est de ce point de vue que naissent des
histoires qui, au premier abord, semblent similaires, mais
qui, avec le temps, deviennent totalement différentes les
unes des autres.

Des histoires tout aussi accessibles à tout moment, même pour
vous, même en ce moment.

Des histoires prêtes à être sélectionnées.

Des histoires prêtes à être vécues.

Le choix vous appartient.

Quant au cube mentionné plus haut, il peut s'agir d'un objet curieux et amusant ; mais
que se passerait-il si, en lisant ce livre, votre esprit subissait un tel bouleversement
qu'il vous fasse changer de perspective et voir les choses d'une manière totalement
nouvelle, comme cela vient de se produire avec le cube ?

Réfléchissez-y, car c'est ce qui va vous arriver. À vous.

[REMARQUE : Si vous n'arrivez pas à déplacer l'image, ne vous inquiétez pas ; vos
synapses sont manifestement persistantes. Continuez à lire, puis revenez à l'image et
réessayez. Vous verrez, tôt ou tard, vous y arriverez.]

Que sont donc les programmes mentaux ?

Pour répondre à la question « Pourquoi les choses arrivent-elles ? », j'ai dû commencer par expliquer comment fonctionne le cerveau.

C'est pourquoi je vous le dis : si vous ne devez retenir qu'une seule chose de tout ce chapitre, retenez ceci...

Votre cerveau fonctionne en se rappelant des programmes mentaux, qui sont une sorte de « mode d'emploi » que vous avez accumulé au fil du temps et qui lui permettent de penser et d'agir d'une certaine manière très rapidement, vous faisant ainsi gagner du temps et des efforts.
Des programmes que le cerveau, une fois installés, ne remet plus en question.

Mais posez-vous la question : « Et si ces programmes étaient erronés ? » (comme dans le cas du jeu des nombres) ; ou « Et s'ils n'étaient pas entièrement erronés, mais peut-être pas entièrement corrects non plus ? » (comme dans le cas du cube).

Je vais vous donner un exemple : enfant, j'avais peur des lézards.

Je jouais souvent avec un ami qui, pour me faire peur, les attrapait et me poursuivait ! Le problème ne venait donc pas des lézards, mais de moi qui, à leur vue, activais automatiquement le programme mental « LÉZARDS = PEUR » (celui de mon ami était probablement « LÉZARDS = JEU »).

Avoir peur à cette vue (je ne sais même pas ce que c'était) n'était pas un choix conscient de ma part. Et de toute façon, je ne me suis jamais posé la question. J'avais juste peur.

Là encore, le lézard sert d'exemple, mais essayez d'élargir votre perspective pour inclure tous les événements de votre vie : commencez-vous à comprendre à quel point tout cela peut être puissant ?

Programmation mentale : comment elle fonctionne dans la vraie vie

Je dois l'admettre.

Le fait de devoir réorganiser mes notes, mes études et mes expériences ; de devoir faire tout cela de manière à ce que JL — ou toute autre personne qui les lirait — puisse ensuite suivre mon propre raisonnement, comprendre par elle-même que le résultat de l'expérience de JL n'était pas le fruit du hasard mais la conséquence naturelle d'une procédure bien conçue... eh bien, c'était un travail fascinant pour moi .

Je me souviens d'un épisode impliquant ma fille Isabel (je crois qu'elle avait environ quatre ans à l'époque) : ce soir-là, elle avait fait une crise de colère, plusieurs crises de colère, et restait dans sa chambre, très calme sur son lit.

Ce n'est pas tant le fait qu'il ait fait une crise de colère qui m'a mis en colère, vous savez, les enfants font parfois des crises de colère : ce qui m'a un peu agacé, c'est qu'il n'ait pas réagi, qu'il n'ait rien dit, qu'il soit resté là, immobile.

En passant devant sa chambre pour la énième fois, je me souviens l'avoir regardée et, à un certain moment, lui avoir dit quelque chose comme : « Isabel, tu n'as rien à dire ? ».

Elle m'a regardé avec un regard que je décrirais comme un point d'interrogation triste...

Après un nouveau silence, je me suis retourné et j'ai commencé à partir, mais dès mes premiers pas, un doute m'a envahi : « Se pourrait-il qu'il ne sache pas quoi faire ? Se pourrait-il qu'il lui manque le modèle comportemental ? La synapse ? Les instructions ? Le programme mental à activer dans ces cas-là ? »

Comme nous venons de le voir, chacun de nous naît
« vierge » de tout comportement et nous
apprenons, au fil du temps, ce qui est
bien et ce qui est mal.

Que faire dans certaines situations et que faire dans d'autres.

C'est le formidable mécanisme d'apprentissage du cerveau .

Alors j'ai rebroussé chemin, je me suis retourné et j'ai demandé confirmation : « Isabel, sais-tu ce que nous faisons dans ces cas-là ? » Elle m'a regardé et a répondu : « Non, papa, que faisons-nous ? »

Vous voyez ? Ce n'est pas qu'elle ne voulait rien faire, c'est qu'elle ne savait pas quoi faire.

Je l'ai regardée à nouveau et j'ai dit : « Eh bien, Isabel, dans ces cas-là, tu t'excuses. » Alors elle a répondu franchement et instantanément : « D'accord, papa, alors je suis désolée. »

Je l'ai serrée dans mes bras pendant quelques secondes, je lui ai donné un baiser et j'étais sur le point de partir, pleinement satisfait : j'avais perçu l'absence de programme mental et j'en avais fourni un à Isabel.

Et elle avait appris immédiatement. Quel cerveau !

Mais avant même d'avoir eu le temps de me féliciter pour l'excellent travail accompli par papa Italo... un doute féroce m'assaillit ! Et si... et si je lui avais donné une mauvaise éducation ? Un mauvais conditionnement mental ?

Non, je n'aurais pas pu vivre avec ce doute.

J'ai donc décidé de retourner, pour la énième fois, dans sa chambre.

Je l'ai regardée à nouveau et j'ai dit : « Pardonne-moi, Isabel. Je t'ai dit quelque chose tout à l'heure qui n'est pas toujours vrai. Je t'ai dit que dans ces cas-là, il faut s'excuser... mais ce n'est pas vrai. Si tu penses avoir tort, alors excuse-toi. Mais si tu penses avoir raison... alors défends-toi, bats-toi pour qu'ils comprennent, et n'abandonne jamais ! »

Voilà. C'était un schéma de pensée qui me semblait plus juste.

Réfléchissez : si je ne l'avais pas corrigé sur le champ, qu'aurait compris Isabel ? C'est simple : qu'à chaque dispute, lorsqu'on l'accuse... elle doit...

S'excuser (programme mental : DISCUSSION = S'EXCUSER).

Pouvez-vous imaginer quel avenir potentiel aurait pu être réalisé si cette idée avait été transformée d'une manière ou d'une autre en un programme mental ?

Heureusement, chaque fois qu'une phrase est prononcée, elle ne se transforme pas en programme mental.

Cependant : lorsqu'une émotion forte est présente, comme dans ce cas précis, et que la source est jugée fiable (votre père), comme dans ce cas précis... alors il y a une forte probabilité que cela se produise.

Nous aborderons cet aspect – la façon dont le cerveau se programme – dans la section suivante. Mais d'abord, essayez de construire, comme on dit dans le jargon, « un pont vers l'avenir » pour Isabel.

Essayez de vous demander : « Qu'est-ce qui serait arrivé à Isabel avec le

« Et ses amis après avoir installé ce programme ? »

« Et son futur mari ? Et son lieu de travail ? »

Pouvez-vous faire une projection ?

En résumé : à quoi aurait ressemblé sa vie avec ce programme mental installé ?

Vous vous rendez compte à quel point cela l'aurait affectée ?

Si c'est le cas, je parie que vous aussi commencez à y penser.

des événements dans votre vie, n'est-ce pas ?

Je suis donc certain qu'à ce stade, vous voudrez approfondir la question : vous voudrez comprendre comment les programmes mentaux s'installent et quel pouvoir ils exercent.

Vous verrez que leur pouvoir... dépasse de loin votre imagination !

Comment les programmes mentaux sont installés

Comme nous l'avons déjà mentionné, lorsque nous naissons, nous ne savons rien faire (ou presque rien).

Avec le temps, le cerveau se remplit de programmes : comment parler, comment marcher, comment saisir des objets , etc. Il est en quelque sorte « programmé », et, pour reprendre la métaphore informatique, c'est comme si des programmes (les fameuses synapses dont nous avons parlé) y étaient chargés.

Mais comment ce cerveau est-il programmé ?

Il existe en réalité de nombreuses façons de procéder, mais les plus courantes (et efficaces) sont au nombre de deux.

Attention, ceci est une partie très importante, alors faites attention aux mots qui suivent.

LE CERVEAU EST PROGRAMMÉ PRINCIPALEMENT POUR :

- **RÉPÉTITION** : Ce n'est pas un hasard si c'est le processus utilisé pour la mémorisation. Répétez, répétez, répétez jusqu'à ce que vous l'ayez appris (comme je l'ai dit précédemment, ce n'est pas la méthode d'apprentissage la plus productive... mais elle fonctionne quand même).
C'est pourquoi, que vous répétiez ou écoutiez ce qui vous est répété, cela a le pouvoir de créer des synapses initialement fragiles mais qui, avec la répétition, se renforcent, garantissant ainsi que ce que nous avons appris devient solide, est rapidement rappelé et, atteignant ainsi le stade inconscient, est exécuté automatiquement , sans que votre attention vigilante soit nécessaire.

Des exemples ?

LE LANGAGE . Nous apprenons par la répétition, la nôtre et celle des autres :

« Maman... Allez, dis-le ! »,

« Maman. »

Autre exemple : **L'ÉCRITURE**.

« A, ceci est A, faites une page de A. »

« B, ceci est B, fais une page de B » (vous souvenez-vous de vos pages de A et B ?)

En bref...

La répétition crée des synapses (programmes mentaux) capables de reconnaître instantanément ce qui se trouve devant elles.

À ce stade, je suis capable de créer des connexions (ou des programmes) plus complexes : « PARQUET DE FLEURS, parterre de fleurs ».

Ici, des informations de base simples donnent naissance à des concepts plus complexes.

Voilà ce qui se passe tous les jours dans nos vies.

La répétition directe ou indirecte de concepts (bien/mal, possible/impossible, tu es bon, capricieux, paresseux, capable, incapable, etc.) crée des schémas que, à un certain moment, nous ne remettons plus en question.

Pour nous, c'est comme ça.

Nous apprenons non seulement ce que nous répétons ou ce qu'on nous a répété à maintes reprises, mais aussi ce que nous avons vu à maintes reprises. Les progrès en neurosciences, par exemple, ont conduit à la découverte des neurones miroirs : une classe particulière de neurones (cellules cérébrales) qui sont activés à la fois chez la personne qui effectue l'action et chez la personne qui l'observe.

Pour le cerveau, faire quelque chose ou simplement l'observer est donc très similaire.

ATTENTION : ce concept de « neurones miroirs » a une implication très, très importante.

En pratique, cela signifie que nous n'apprenons pas seulement de ce que nous répétons ou entendons répéter : nous apprenons aussi du comportement des personnes qui nous entourent.

Réfléchissez-y, avez-vous déjà remarqué que vous avez des traits de caractère similaires à ceux de votre père ou de votre mère ?

Réfléchissez-y maintenant... • LES

ÉMOTIONS. La deuxième façon dont le cerveau apprend est par le biais des émotions.

Si la répétition crée d'abord une synapse faible (on pourrait l'appeler un programme faible qui est ensuite renforcé au fil du temps), les émotions sont capables de générer des synapses fortes (programmes mentaux) même une seule fois (et de les rappeler ensuite automatiquement).

Que s'est-il passé le 11 septembre 2001 ?

Si votre réponse est « l'attentat contre les tours jumelles », c'est une erreur. Enfin, c'est la bonne réponse, mais pas la seule. En réalité, le 11 septembre 2001, par exemple, environ 25 000 personnes sont mortes de faim. Il en va de même le 10 septembre, le 12 septembre et tous les autres jours de l'année.

Mais pourquoi l'attentat contre les tours jumelles m'est-il immédiatement venu à l'esprit ?

Parce que le 11 septembre 2001 est lié à une émotion forte , le simple fait de voir cette date a permis de récupérer ce souvenir « instantanément » (les synapses ont été activées et le programme a été chargé).

Que signifie tout cela ?

Les événements vécus de manière « traumatisante » peuvent créer des schémas mentaux qui

N'y réfléchissons plus.

Nous les prenons tels quels. Exactement comme nous le ferions pour des programmes répétés des dizaines, des dizaines, des dizaines de fois.

ATTENTION, PRÉCISION IMPORTANTE : Pour générer une émotion capable de reprogrammer instantanément le cerveau, il n'est pas nécessaire de subir des catastrophes majeures ou des événements particulièrement traumatisants. Ce n'est pas l'événement en lui-même, mais la façon dont il est vécu. Ce ne sont pas les événements traumatisants qui reprogramment le cerveau, mais les événements vécus de manière traumatisante.

J'ai récemment rencontré une fille qui souffrait d'un grave (et secret) complexe d'infériorité. Elle m'a confié qu'elle doutait constamment de tout ce qu'elle entreprenait : « Est-ce la bonne chose à faire ? Que vont penser les autres ? »

En fouillant dans sa vie, elle se souvint que, enfant, elle réussissait bien à l'école, mais qu'un jour, son professeur lui avait donné un zéro rouge à un devoir qu'elle avait rendu.

Non seulement il a commis cet acte terrible (imaginez ce que pourrait ressentir un enfant confronté à une telle classification), mais il a également appelé ses parents pour en parler.

Il y avait aussi d'autres enfants devant... et voilà : forte émotion, source faisant autorité (plus d'autres détails) = programme installé !

À partir de ce jour et pour tous les jours qui suivirent, cette jeune fille a souffert d'un fort complexe d'infériorité et a constamment recherché la comparaison avec les autres, l'approbation d'autrui.

de la

De toute évidence, avant de reconnaître le mécanisme et l'origine, elle ne le savait pas, elle ne s'en rendait pas compte (compétence inconsciente) : elle savait seulement qu'à chaque fois qu'elle faisait quelque chose, elle « ressentait » une réponse émotionnelle.

Une réaction émotionnelle qui, comme vous pouvez l'imaginer, a fortement influencé sa vie.

En résumé : vous ressentez des choses, vous pensez qu'elles vous appartiennent... mais en réalité, trop souvent, elles ne vous appartiennent pas du tout.

Ce ne sont que des programmes que votre cerveau charge, des boutons sur lesquels on appuie (et, comme ce sont des programmes, vous ne les remettez plus en question).

VOICI DONC UN ÉLÉMENT IMPORTANT À RETENIR :

Le cerveau est programmé pour :

RÉPÉTITION ET ÉMOTION

Un autre exemple qui me vient à l'esprit est celui d'un ami que je connais bien : un professionnel de premier ordre qui gagnait très bien sa vie, mais malgré tous ses revenus, il n'arrivait pas à épargner.

Il s'agissait d'un événement, d'une dynamique, qui se répétait constamment dans sa vie, encore et encore.

Étrange que ce ne soient que de « simples coïncidences », du moins pour moi.

En fait, même là, en creusant... il se souvenait d'une sortie avec son père (qu'il ne voyait pas souvent, car celui-ci travaillait dans une autre ville). Ce jour-là, il avait vu un jeu, avait un peu insisté, et son père avait fini par le lui acheter.

Ce jour-là, mon ami est rentré à la maison heureux, comme un enfant peut l'être avec un nouveau jouet, mais en entrant dans la maison... il a trouvé toute la fureur de sa mère déchaînée sur lui.

Il se souvenait encore, avec une pointe d'émotion en évoquant ces souvenirs, qu'il s'était caché sous la table et que sa mère n'arrêtait pas de crier : « Tu n'es jamais content, tu crois que l'argent pousse sur les arbres ? »... et toute une série de choses similaires.

Quel genre de programme cet épisode chargé d'émotion a-t-il pu installer dans son cerveau ? « ARGENT = SOUFFRANCE » Ou : « ARGENT = PROBLÈMES ».

Mieux vaut ne jamais les accumuler ! Mieux vaut s'en tenir éloigné !

Mais sommes-nous sûrs que c'est un bon programme ?

Je dirais qu'il vaut mieux le revoir, vous ne croyez pas ?

L'argent n'est ni bon ni mauvais : c'est plutôt notre conditionnement qui nous pousse à le juger. De toute évidence, puisque l'argent, pour le meilleur ou pour le pire, suscite souvent toutes sortes d'émotions, c'est précisément pourquoi beaucoup de gens ont des schémas de pensée contre-productifs à son égard.

Bien sûr, il n'en avait absolument pas conscience : il constatait simplement qu'il n'arrivait jamais à mettre de l'argent de côté, quoi qu'il fasse (et à recouvrer la mémoire de

(Ce jour fatidique a mis du temps à arriver, comme s'il était enfoui sous terre.)
Il a été

démontré à maintes reprises – dans bien trop de livres ! – que les êtres humains n'agissent que de deux façons : ils fuient la douleur ou ils recherchent le plaisir.

Voici la description classique. À mon avis, c'est Jim Rohn, l'un des plus grands philosophes modernes du développement personnel, qui l'a le mieux définie :

«Nous n'agissons que de deux manières : soit par désespoir, soit par inspiration...».

Donc, si le programme installé dans la tête de mon ami était « ARGENT = DOULEUR »... son cerveau l'aurait guidé de toutes les manières possibles pour éviter cette douleur (inconsciemment bien sûr, mais de façon très , très efficace).

Comment l'aurait-il guidé dans cette direction ?
Nous allons le découvrir ensemble.

La grande illusion des programmes mentaux.
Ou encore : comment nous sommes convaincus qu'ils sont la réalité

Nous sommes arrivés à un point important de la recherche, un point qui mérite toute votre attention, alors veuillez vous concentrer.

Les programmes mentaux agissent comme des instructions rapides pour notre cerveau.

En pratique, ce sont des synapses qui s'activent instantanément et reconnaissent rapidement et inconsciemment ce qui se passe. Au début, elles ne traitent que des concepts de base, puis, grâce à des connexions plus profondes, elles traitent également des concepts et des raisonnements plus complexes.

Nous avons vu comment les programmes mentaux s'installent dans le cerveau : principalement par la RÉPÉTITION et/ou par ÉMOTION.

Mais la question importante est : quel impact ces programmes ont-ils sur votre réalité ? Quel impact ont-ils sur votre vie ?

Beaucoup. Énormément.

Et nous allons le voir dans un instant, car je vais vous parler de cinq caractéristiques très particulières des programmes mentaux.

Des caractéristiques qui leur permettent de vous tromper en vous faisant croire que ce que vous voyez n'est pas réellement vrai (mais n'est vrai que selon vos schémas mentaux) et qui, simultanément, les rendent très difficiles à contrer par la seule volonté consciente.

Plus tard, vous découvrirez également comment ces programmes, à votre insu, créent votre destin... souvent « pour » vous.

En bref, si le problème ne vient pas de vous, mais de vos schémas mentaux... cela vaut la peine d'approfondir la question pour mieux comprendre, vous ne croyez pas ?

Bientôt, vous en saurez beaucoup plus sur tout cela et, bien sûr, vous en saurez beaucoup plus sur vous-même.

Es-tu prêt?

Les cinq caractéristiques importantes des programmes mentaux

Commençons par le commencement : pourquoi les programmes mentaux nous donnent-ils une image déformée de la réalité, et sont-ils si difficiles à contrer par la seule force de volonté ?

Car ces cinq caractéristiques « naturelles » (c'est-à-dire créées par Mère Nature) leur permettent d'influencer vos perceptions... et vos choix d'une manière très forte et « autoritaire » .

D'un autre côté, la nature les a forcément conçus ainsi : c'était la seule façon pour eux de nous être utiles dans notre évolution. Comme nous l'avons déjà dit, quand on voit du feu et qu'on en sent la chaleur, il est inutile de penser : « Je ne devrais pas y mettre la main. »

Ce pouvoir, bien qu'extrêmement utile lorsqu'il est utilisé de manière positive, devient cependant une limitation majeure lorsque le programme ne correspond pas à vos besoins pour atteindre vos objectifs.

Pour mieux comprendre, examinons une à une les 5 caractéristiques de la

PROGRAMMES DE SANTÉ MENTALE...

1. Les programmes mentaux activent et renforcent l'attention sélectif.

L'attention sélective est l'un des mécanismes les plus importants fascinant le cerveau.

Face à une telle quantité d'informations à gérer, notre cerveau a tendance à n'en retenir qu'une partie à la conscience, principalement celles sur lesquelles nous nous concentrons.

Il fait ça pour vous empêcher de devenir fou, évidemment.

Certains scientifiques se sont amusés à calculer la quantité d'informations que le cerveau traite en « bits » (une unité de mesure comme une autre).

Pour vous donner quelques chiffres (même si, à ma connaissance, il n'y a pas encore de consensus officiel), il semblerait que le cerveau traite entre 11 et 40 millions de bits d'information par seconde. Mais... cela conduit à l'état de

1 conscience seulement moins de 50 bits !

Qu'est-ce que cela signifie ? Ce qui nous intéresse, ce ne sont pas les chiffres précis, mais plutôt le concept selon lequel, parmi toutes les informations disponibles, vous n'en connaissez qu'une infime fraction.

En d'autres termes, vous ne voyez qu'une infime partie de la réalité qui vous entoure : du beaucoup au peu en résumé (11 à 40 millions de bits disponibles contre les 50 dont vous avez conscience !) et

Comme vous le verrez, cela a un impact très concret sur votre vie.

Prenons un exemple ?

Vous est-il déjà arrivé d'acheter une voiture neuve et de voir soudainement le même type de voiture partout ? La même couleur ? Le même modèle ? Très, très souvent ?

Qu'est-ce que c'est ? Il n'y avait pas déjà toutes ces voitures comme ça avant ?

Bien sûr qu'ils étaient là, mais cela n'avait aucune importance pour vous et votre cerveau ne les a pas intégrés à votre état de conscience (en gros, vous ne les avez pas vus du tout).

Lorsque vous vous concentrez sur quelque chose, votre cerveau fait remonter à la conscience tout ce qui le confirme ou l'intéresse, en le sélectionnant parmi des millions d'autres informations (qui sont présentes mais qui ne sont pas importantes pour vous).

Veillez noter que l'attention sélective est un mécanisme d'une puissance impressionnante dans la vie des gens.

Mais comme toujours, je souhaite que vous viviez tout cela par vous-même. Je veux que vous l'appréhendiez pleinement, et pas seulement que vous le compreniez.

Pour vous donner un exemple, je vous propose de faire un petit exercice ensemble...

Où que vous soyez en ce moment, regardez simplement autour de vous pendant quelques secondes et comptez combien d'objets NOIRS il y a, d'accord ?

Oui, regardez rapidement autour de vous et comptez simplement combien d'objets NOIRS il y a. Faites-le maintenant.

Bien : l'as-tu fait ?

Êtes-vous sûr de savoir combien il existe de choses noires ?

Vous avez ce numéro en tête sans avoir à le rechercher ?

Dernière chance... dernier regard... OK ! Stop.

Avez-vous mémorisé le nombre correctement ?

Maintenant, s'il vous plaît... sans plus regarder autour de vous... répondez à la question suivante : combien y a-t-il d'objets BLANCS dans la pièce ?

« Ehhhhh... » , direz-vous. « Je ne les ai pas comptés. Je ne les ai pas vus... »

En fait : certaines choses que vous n'avez même pas vues.

Vous ne savez donc pas quelle quantité de substance blanche se trouve dans la pièce (à moins de regarder à nouveau). Vous en avez peut-être une idée approximative, mais vous n'en êtes pas certain.

Cependant, si je vous demandais maintenant de regarder à nouveau autour de vous et de compter les objets blancs, vous pourriez le dire avec précision.

Autrement dit, vous verriez des choses différentes de celles que vous avez vues auparavant.

Quoi, ils n'étaient pas là avant ? Bien sûr qu'ils étaient là avant, mais votre attention n'était pas portée sur eux, vous ne les avez donc pas remarqués.

Maintenant que vous comprenez mieux ce mécanisme, essayez de réfléchir : si vous vous concentrez sur les problèmes... devinez ce qui va se passer ? Vous allez continuer à voir de plus en plus de problèmes.

Si vous pensez que quelque chose ne va pas... vous trouverez toujours davantage de confirmations que c'est le cas.

Alors... concernant votre problème, concernant votre objectif : pensez-vous que ce soit possible ?

Pensez-vous que ce soit impossible ? À partir de cette idée , de cette pensée , que vous montrera votre cerveau ?

ATTENTION SÉLECTIVE : Ce qui

se passe dans la vie quotidienne. Une femme est battue lorsqu'elle est enfant.

Son programme mental est : « LES HOMMES SONT VIOLENTS. »

Que verra cette femme « aurons-nous tendance à voir » dans le reste de sa vie ?

Elle aura tendance à remarquer et donc à sélectionner inconsciemment les hommes violents, continuant à les rencontrer et à entretenir des relations avec ce type d'hommes tout au long de sa vie.

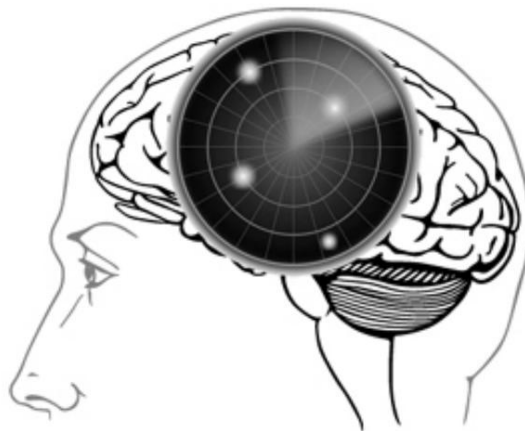
Combien d'histoires avez-vous entendues de femmes battues dans leur enfance et qui ont ensuite rencontré des hommes violents à l'âge adulte ? Serait-ce une simple coïncidence ?

Non, ce n'est pas que cette fille ne rencontre jamais de bons hommes. C'est juste que son attention se focalise exclusivement sur les hommes violents, si bien que son cerveau ne retient que ceux-ci à sa conscience (sélectionnant ces moins de 50 éléments d'information à afficher parmi les millions et les millions disponibles chaque seconde).

Et évidemment, elle sera attirée par ces microsignaux que seuls les hommes violents possèdent : elle va d'une manière ou d'une autre les rechercher (inconsciemment bien sûr !).

Voilà le pouvoir des programmes mentaux sur la vie des gens.

PLUS D'INFORMATIONS SUR L'ATTENTION SÉLECTIVE Puisqu'il s'agit d'une caractéristique vraiment très importante (nous en parlerons longuement plus tard), l'attention sélective mérite un peu plus de détails.



L'attention sélective est un radar que nous avons dans notre cerveau.

Vous savez comment fonctionne un radar, n'est-ce pas ?

Ils observent le territoire qui les entoure mais ne montrent que le présence d'aéronefs.

Qu'est-ce que c'est : les montagnes, les bâtiments, les voitures, les gens, n'y sont-ils pas ?

Oui, il y en a, mais il a été programmé pour voir les avions, et c'est tout ce qu'il voit. C'est un peu comme lors de la

petite expérience que nous avons faite tout à l'heure : vous avez regardé autour de vous (comme un radar), votre cerveau a été programmé pour ne voir que les objets noirs, il a donc sélectionné uniquement l'information sur laquelle vous vous concentriez (pas les avions, mais dans votre cas, les objets NOIRS dans la pièce).

Autres petits exemples : j'habite dans une petite ville et un jour, j'ai eu besoin d'un timbre. Mais de qui ? Où ?

Je ne savais pas vers qui me tourner, et juste au moment où je pensais cela, je suis passée devant une papeterie (j'étais passée devant un million de fois auparavant) et j'ai remarqué une pancarte indiquant : TIMBRE FABRIQUÉS EN 5 MINUTES...

Est-ce que quelque chose de semblable vous est déjà arrivé ?

Cela m'est arrivé récemment lorsque j'ai dû acheter une machine à laver, puis un téléphone portable...

L'attention sélective est un véritable radar que nous avons dans notre tête et qui ne montre que ce pour quoi il a été programmé : c'est -à-dire ce sur quoi vous vous concentrez et ce qui relève de ce qui est défini comme « votre état d'attention ».

Essayez de jouer avec ce mécanisme : lorsque vous sortez de chez vous, commencez à penser à quelque chose de précis et vous verrez votre radar en action...

2. LES PROGRAMMES MENTAUX NE SONT PLUS REMIS EN QUESTION

Comme expliqué précédemment, une fois la synapse créée, le programme mental passe au niveau inconscient : il ne nécessite plus d'attention consciente et est appelé automatiquement.

Le résultat ? Votre schéma mental, qu'il soit utile ou non à vos objectifs, n'est plus remis en question.

En résumé : nous nous souvenons de la réponse... mais nous avons oublié la question.

ON NE LES QUESTIONS PLUS : que se passe-t-il
dans la vie de tous les jours ? Vous vous souvenez du cas
de mon ami et de la réaction de sa mère ?

Un enfant a été réprimandé parce qu'il avait fait dépenser de l'argent à son père.

Si vous avez vécu cet événement de manière traumatisante , une synapse, un
programme mental « ARGENT = DOULEUR », aura été créée .

À partir de ce moment, il ne le remettra plus jamais en question :

C'est tout simplement comme ça.

Il se souvenait de la réponse (de ce moment-là), mais il
J'ai oublié la question...

On pourrait dire qu'il a généralisé sa réponse en oubliant qu'il s'agissait d'un
événement précis.

Le résultat ? Inconsciemment, ils auront tendance à se distancer de tout ce qui leur
cause de la douleur (si l'événement a été traumatisant en ce sens) : ils ne gagneront
jamais assez, ils dépenseront toujours plus qu'ils ne gagnent, etc.

3. LES PROGRAMMES MENTAUX S'AUTO-RENFORCENT.

Tout programme mental s'auto-renforce par nature : plus vous le vivez, plus vous y
croyez. Plus vous y croyez, moins vous le remettez en question. Moins vous le remettez
en question, plus il devient, systématiquement et en toutes circonstances, VOTRE
vérité , quoi qu'il arrive.

En bref, vous êtes de plus en plus convaincu que c'est le cas, exactement.
Comme ça, comme ça !

De cette manière, chaque programme (par la répétition) se renforce continuellement
lui-même, créant un dangereux CERCLE VICIEUX.

ILS S'AUTO-RENFORCENT :

ce qui se passe dans la vie quotidienne Un couple est croyant
d'une certaine religion et, après avoir déménagé, ils demandent à la municipalité
d'ouvrir un lieu de culte.

Si sa demande est acceptée, il pensera alors : « Notre Dieu est proche de nous, il nous a aidés à ouvrir le lieu de culte. »

Si sa demande n'est pas acceptée, il pensera : « Notre Dieu est proche de nous, il nous bénit parce que nous sommes persécutés, comme il l'a été et comme il est écrit dans le livre de ses Écritures. »

En tout cas, il ne remettra plus ce programme en question : au contraire, il verra tout sous cet angle et le renforcera donc.

En clair : plus vous y croyez, plus vous aurez de bonnes raisons d'y croire.

4. LES PROGRAMMES DE SANTÉ MENTALE SONT STABILISANTS

L'une des plus grandes peurs de l'homme est la peur de l'inconnu. C'est précisément le rôle réalité des schémas mentaux : ils agissent comme des instructions préétablies pour réagir à la rapidement et facilement. En un sens, ce sont des stabilisateurs qui contrebalancent cette peur de l'inconnu.

Une sorte de mécanisme d'autodéfense qui nous permet d'éviter des états allant d'une légère contrariété à l'anxiété, la peur et la terreur, du fait d'être confrontés à quelque chose que nous ne connaissons pas.

CE SONT DES

STABILISATEURS : Ce qui se passe dans la vie de tous les jours.

Dans l'exemple ci-dessus, la femme qui a été battue enfant pourrait penser : « Les hommes sont violents. »

Face à une personne inconnue (peur de l'inconnu), il active immédiatement son programme mental (régulation stabilisatrice). Il ne se dit pas : « Voyons voir comment il est, apprenons à le connaître... », des pensées qui provoqueraient des réactions comme : « Et s'il est violent lui aussi ? Et si... et si ? » Il possède un programme mental préétabli et puissant, activé pour stabiliser cette peur.

À cause de ce programme, il pensera : « Il vaut mieux que je ne fasse pas confiance, car si je fais confiance, je me laisserai aller et si je me laisse aller... »

Ils profitent de moi et finissent par me tabasser...

De toute évidence, la femme de cet exemple n'est pas consciente de ce mécanisme ; elle croit simplement choisir de ne pas faire confiance... mais c'est faux ; elle utilise un schéma de pensée qu'elle n'a jamais remis en question. Ce schéma l'a amenée à se faire cette idée des hommes, à penser ces choses, à prendre cette décision.

Le résultat ? Il va sans cesse revivre son schéma mental.

C'est précisément ce programme mental qui écrira son destin.

5. LES PROGRAMMES MENTAUX S'AUTO-VALIDENT.

Devoir traiter autant d'informations chaque seconde, il n'y a rien de pire pour le cerveau que de devoir réévaluer ses propres programmes mentaux (cela gaspille du temps et est inefficace, ce que le cerveau, et la nature en général, n'aiment pas !).

C'est précisément pour cette raison que le cerveau tente de réinterpréter les événements afin qu'ils s'intègrent au schéma du programme mental installé, et ce, quoi qu'il arrive.

ILS S'AUTO-VALIDENT : Ce qui
se passe dans la vie quotidienne Deux hommes sont en
voiture : le premier pense que le monde est un endroit accueillant, le second que le
monde est un endroit dangereux.

À un moment donné, une voiture fait une embardée et fonce droit sur eux. Au dernier moment, cependant, ils évitent la collision.

À ce moment-là, le premier pensera : « Cela confirme ce que je pense, le monde est un endroit accueillant, l'accident a été évité ».

Le second dira : « Cela confirme ce que je pense, le monde est vraiment un endroit dangereux, il a presque disparu. »

J'ai eu un accident."

Les schémas de pensée s'auto-valident, toujours.

C'est pour ça qu'ils ont l'air si réels.

Après avoir compris les caractéristiques des programmes mentaux

Maintenant que vous connaissez les cinq caractéristiques des programmes mentaux, leur pouvoir de vous fournir une vision de la réalité qui vous entoure... à tout le moins déformée, est-il évident ?

Comme le dit Richard Bartlett :

« Ce que nous reconnaissons comme vérité... est probablement le résultat d'une certaine distorsion. »

Si vous vous souvenez, au début de ce paragraphe, je vous ai dit que les programmes mentaux, en plus d'influencer votre vision de la réalité, sont également très « résistants » à vos tentatives « conscientes » de les modifier.

Pour bien comprendre ce point, réfléchissez maintenant à ce qui se passerait si, compte tenu des cinq caractéristiques que vous connaissez, vous alliez à l'encontre de vos programmes mentaux, en utilisant uniquement votre volonté.

Peut-être parce que vous avez remarqué qu'un comportement ou une façon de penser qui vous était autrefois utile ne l'est plus aujourd'hui.

Pour contrer un programme mental, il faut d'abord prendre conscience de son existence . Or, comme on n'en a pas conscience (c'est-à-dire qu'il n'est plus remis en question) , on ne le contrevient pas, ce qui, en soi, représente déjà une difficulté.

Vous devriez alors constater que le programme « démarre automatiquement ».

Mais, fonctionnant au niveau de la compétence inconsciente, il n'a pas besoin de votre vigilance.

Ce sentiment de stabilité vous procure un sentiment de bien-être (il dissipe la peur de l'inconnu). • Il vous faut ensuite « désactiver » l'attention sélective associée à ce programme. Concentrez-la consciemment sur autre chose que ce que votre cerveau vous suggère (comme lorsque vous désirez une nouvelle voiture). • Enfin, il vous faut interrompre le processus mental d'auto-renforcement. Ce processus, à chaque activation, vous amène à croire fermement que c'est exactement le cas (comme lorsque vous avez tendance à confirmer vos pensées dans la réalité qui vous entoure et que vous vous surprenez à penser : « Oui, c'est exactement ça... »).

Comprenez-vous maintenant combien il est difficile de s'opposer à vos schémas mentaux par la seule force de la volonté ?

Et comprenez-vous qu'en réalité, le scénario même de la vie n'est rien de plus qu'un ensemble de programmes mentaux ?

Mais si vous avez désormais compris à quel point les schémas mentaux, une fois installés, sont difficiles à détecter et à contrer... vous n'avez peut-être pas encore une vision tout à fait claire de l'influence des schémas mentaux sur votre destin.

Oui, vos schémas de pensée influencent votre destin. Vous commencez peut-être à comprendre comment, mais vous n'en êtes probablement pas encore pleinement conscient.

Nous allons examiner cela plus en détail dans les pages suivantes.

Mais avant tout, je souhaite répondre à une « question latente ».

Le cerveau vous joue-t-il des tours ?

La question que l'on pourrait se poser à ce stade est la suivante : « Compte tenu de la nature des programmes mentaux et de leur pouvoir de déformer la réalité, le cerveau est-il peu fiable ? Est-ce peut-être un organe qui nous joue souvent des tours ? »

La réponse courte est « non » : le cerveau ne nous fait pas de mal et il ne...
Ce n'est pas fiable. Bien au contraire, en fait.

Cependant... malgré son extraordinaire puissance, le cerveau n'est rien de plus qu'un organe simple, mais performant. Autrement dit, un organe qui accomplit, et très bien, ce pour quoi il a été programmé.

En réalité, votre cerveau se fiche de savoir si vous réussissez. Son rôle est de toujours réussir, mais la réussite étant comprise comme la bonne exécution des programmes pour lesquels il a été programmé.

Qui es-tu?

Je veux dire, « Qui es-tu vraiment ? » T'es-tu déjà posé cette question ?

Si je vous demandais maintenant (et je le ferai) de vous décrire, comment procéderiez-vous ? Quelles caractéristiques mettriez-vous en avant ?

Mais surtout : êtes-vous sûr d'être vraiment comme ça et de ne pas simplement suivre des schémas mentaux ?

Je conclus avec les mots de la neuroscientifique Kathleen Taylor :

« Alors, le libre arbitre existe-t-il ? La liberté et la capacité d'agir que nous prétendons posséder seraient donc illusoires, et notre sentiment de contrôle ne serait qu'une douce, mais finalement vide, construction mentale. »

Notes et questions

- Qui êtes-vous ? Décrivez vos principales caractéristiques (comme si (Si je devais me décrire à quelqu'un).

- Y a-t-il des schémas qui semblent se répéter dans votre vie ?

- Rappelez-vous au moins un événement marquant que vous avez vécu avant l'âge de 12 ans.

- Repensez à au moins un événement marquant que vous avez vécu entre 12 et 20 ans.

- Repensez à au moins un événement marquant que vous avez vécu depuis vos 20 ans.

- Pour au moins un de ces événements, pouvez-vous seulement imaginer quel « message » ils ont pu vous transmettre ?
Quel programme, quelle instruction aurait-il bien pu installer dans votre esprit ?

- Pouvez-vous au moins maintenant douter que vous êtes
Vraiment, comment vous êtes-vous décrit ?

– Quelles idées, connaissances ou réflexions importantes avez-vous tirées de la lecture de ce chapitre ?

Comment fonctionne l'esprit CE QU'IL FAUT RETENIR

- À la naissance, notre cerveau est presque totalement dépourvu d'informations (mode d'emploi).
- Dès le départ, nous commençons à collecter des informations que nous traduisons ensuite en comportements et en actions.
- Nous acquérons d'abord des informations de base qui, en collaborant les unes avec les autres, donnent naissance à des concepts plus complexes que nous définissons comme des programmes mentaux (c'est ainsi que les pensées et les idées prennent forme au plus profond d'elles-mêmes).
- Le cerveau peut être comparé à un circuit électrique : chaque fois que nous apprenons quelque chose (principalement par la RÉPÉTITION ou l'ÉMOTION), les neurones se connectent entre eux pour former des synapses (de véritables circuits électriques).

Le processus d'apprentissage du cerveau se déroule en 4 phases :
incompétence inconsciente, compétence consciente, compétence consciente et compétence inconsciente. Lorsque le programme mental atteint le stade de compétence inconsciente, il s'exécute automatiquement (sans nécessiter notre contrôle conscient).

- Avec le temps, le cerveau commence à simplifier afin de pouvoir traiter de plus en plus d'informations ; il a besoin de moins en moins de détails pour charger le programme mental associé à cet événement.
- Les programmes mentaux comportent 5 PARTICULIERS CARACTÉRISTIQUES qui les rendent très difficiles à reconnaître et à contrer : elles activent/renforcent

L'attention sélective n'est plus remise en question ; elle s'auto-renforce, se stabilise et s'auto-valide.

- Bien qu'étant une machine extraordinaire, le cerveau n'est rien de plus qu'un excellent exécutant. Son rôle est d'exécuter, et même de réussir, les instructions qui lui sont données.
- Le scénario de la vie est le résultat d'une série de programmes mentaux.

Le pouvoir du cerveau quantique

HISTOIRES DE VIE

[...] le président de la section du travail du tribunal (je suis avocat) a pris une mesure totalement illégale (en particulier, étant donné une loi qui nous permet de déposer des documents par voie électronique, le juge m'a obligé à lui apporter les documents sur support papier).

Sans hésiter, j'ai immédiatement saisi le barreau pour obtenir des conseils. J'ai reçu leur réponse aujourd'hui, le lendemain, et elle était formidable.

Mon ordre des avocats a porté mon rapport à l'attention du président de la Cour et du ministre de la Justice (rien de moins !), qui ont jugé la décision du juge totalement illégitime, m'assurant qu'ils interviendraient pour que mon affaire soit traitée par voie électronique, comme l'exige la loi. [...]

Une chose est sûre : jusqu'à récemment, je me serais contentée de me plaindre de l'injustice subie et j'aurais obtempéré aux souhaits du juge, même en sachant que c'était illégal (cela m'aurait coûté des efforts inutiles, me serais-je dit, le client n'aurait de toute façon subi aucun préjudice, et j'aurais été la seule à subir l'injustice...). [...]

Étonnamment, j'ai pris ma décision très rapidement. Je me suis dit : « Je vais écrire à l'Ordre pour signaler l'incident », et une minute plus tard, j'étais déjà en train de rédiger le courriel. Je suis sûre qu'auparavant, comme je l'ai déjà dit, je me serais contentée d'une simple plainte. Même si j'avais eu envie d'agir, je me serais dit qu'après tout, rien de grave ne s'était produit... par peur de ne pas recevoir l'attention et la considération nécessaires. Or, le fait d'agir m'a prouvé que j'ai bien reçu l'attention nécessaire, et c'est effectivement le cas... [...]

Cordialement,

MARCO S.

1

Information

Encyclopédie des théories [http://](http://www.britannica.com/EBchecked/topic/287907/information-theory/214958/)

Britannique,

www.britannica.com/EBchecked/topic/287907/information-theory/214958/
Physiology

3

Comment le cerveau influence la réalité

« Rendez votre inconscient conscient,
sinon il guidera votre vie et vous appellerez cela le destin. »

CARL GUSTAV JUNG

La réorganisation des notes issues de plus de vingt ans de recherche avait déjà atteint un premier point crucial.

Les événements survenus à JL étaient - ils le fruit du hasard, ou les a-t-il réellement provoqués grâce à l'application d'une nouvelle méthode lui permettant d'atteindre ses objectifs les plus importants sans effort ? Les coïncidences sont-elles vraiment des coïncidences ? Le hasard existe-t-il ? Le cerveau peut-il réellement être programmé pour influencer nos vies ? Peut-il réellement être programmé pour influencer les événements ?

Questions importantes. Questions aux réponses difficiles.

Des questions dont les réponses, pour être pleinement comprises, nécessitaient un voyage au cœur de notre esprit et au-delà.

En fait, pour répondre à ces questions, il nous a d'abord fallu comprendre comment fonctionne le cerveau.

Oui, car pour découvrir le « pouvoir du cerveau quantique », il nous fallait d'abord comprendre le « pouvoir du cerveau », ou comment le cerveau peut influencer notre destin.

Et pour comprendre ce pouvoir, il nous fallait d'abord comprendre comment fonctionne ce cerveau : comment il apprend, comment il se programme, etc.

Voici ce que nous avons fait jusqu'à présent.

Récapitulons :

Le cerveau est initialement presque vierge. Bien que ce ne soit pas tout à fait le cas, pour l'instant, c'est tout ce que nous avons besoin de savoir. Supposons qu'à la naissance, il soit dépourvu de modèles et de programmes (tant pour la reconnaissance que pour le comportement).

- Au fil du temps, le cerveau accumule des instructions d'utilisation : d'abord simples, puis complexes.

À un certain stade, ces instructions (par la répétition et/ou l'émotion) deviennent un automatisme : elles ne requièrent plus de contrôle conscient et rationnel ; on les exécute simplement, sans même s'en rendre compte. Cela permet d'accomplir de plus en plus de choses très rapidement, sans avoir à les repenser constamment.

Une fois ce niveau atteint, les « instructions » deviennent de véritables programmes mentaux automatiques, dotés de cinq caractéristiques essentielles : elles activent et renforcent l'attention sélective, elles ne sont plus remises en question, elles s'auto-renforcent, se stabilisent et s'auto-valident. Elles sont donc difficiles à détecter et à contrer par la seule force de volonté.

Alors, comment fonctionne le cerveau ?

Bien : maintenant que vous commencez à comprendre la dynamique du cerveau et l'importance des programmes mentaux dans votre vie, vous êtes prêt à passer à l'étape suivante : découvrir comment le cerveau influence la réalité.

Vous verrez : cela se produit d'une manière bien plus importante que vous ne pouvez l'imaginer actuellement.

Nous entreprendrons cette importante exploration en trois étapes...

1. Programmes mentaux : d'où votre cerveau les a-t-il appris ?

Étant donné la possibilité, théorique pour l'instant, que des programmes dont vous n'avez pas conscience fonctionnent dans votre cerveau et influencent considérablement votre vie, ne pensez-vous pas qu'il est juste de savoir qui a installé ces programmes ?

Commençons donc sans plus tarder par examiner les quatre principales sources de programmation. Vous découvrirez ce qu'elles sont, d'où elles viennent et... lesquelles vous pouvez utiliser au moment opportun pour la « contre-programmation ».

Vous découvrirez des choses sur vous-même... qui pourraient vous surprendre.

2. Le pouvoir du cerveau et des programmes mentaux : comment et dans quelle mesure ils influencent votre destin

Nous verrons comment le cerveau influence la réalité et, plus important encore, comment il influence votre destin (rassurez-vous : le moment venu, vous utiliserez tout cela à votre avantage).

3. Le pouvoir du cerveau quantique

Ce n'est qu'alors, dans le chapitre suivant, que nous serons prêts à parler du cerveau quantique, la « science de l'impossible ».

Et c'est là que vous prendrez conscience de l'immense pouvoir qui est en vous : celui de « façonner » la réalité. Un pouvoir que vous avez toujours possédé, mais que vous n'avez jamais utilisé consciemment.

Les quatre sources de la programmation : une invitation à la lecture participative

Vous trouverez les quatre sources de la programmation de votre cerveau dans les pages suivantes : je vous invite à participer à cette lecture. Je vous demande non seulement de les lire attentivement, mais aussi, à mesure que chaque source est expliquée, de vous poser les questions suivantes :

- Quel impact cette source de programmation a-t-elle pu avoir sur ma réflexion ?
- À propos de ce que je vis ?
- À propos de ma réalité ?
- À propos de ce que je pense être maintenant ?

Te souviens-tu de ce que je t'ai demandé à la fin du chapitre précédent ?

- Qui êtes-vous vraiment ? Si vous deviez vous décrire, quelles caractéristiques utiliseriez-vous ?

Mais surtout :

- Êtes-vous sûr que c'est vraiment le cas et que vous ne faites pas que suivre des schémas mentaux ?

Commençons l'exploration.

La PREMIÈRE SOURCE DE PROGRAMMATION (c.-à-d. :

le parti est-il présent ?)

Un jour, j'ai lu cette histoire sur un blog :

«Nous sommes allés à Los Angeles mardi dernier, où nous avons rejoint mon mari qui était déjà sur place, et nous sommes rentrés hier soir.»

Mercredi, beaucoup d'oncles, de cousins et de parents sont venus manger chez la tante qui nous hébergeait, j'ai cuisiné pour tout le monde et les enfants ont joué avec leurs cousins.

Jeudi, nous sommes allés à la plage pour nager, jouer et nous amuser avec une tante de Paul (mon mari), une tante qui était la sœur de la mère de mon mari.

Ça a dû être une super fête, je me suis dit. Pas vrai ?

Oui, c'est vraiment dommage que... la réunion ait eu lieu à l'occasion d'un enterrement suite au décès récent du grand-père.

Mais comment se fait-il que, lorsque quelqu'un meurt, nous ne restions pas silencieux et ne faisons-nous pas notre deuil ?

Source de programmation 1 : CULTURE

Puis-je vous demander ce que vous portez ?

Oui, maintenant, pendant que vous lisez ceci. Réfléchissez-y un instant et dites-moi.

Eh bien, qui a décidé de votre tenue du jour ?

Personne ? Toi ? Tu es sûr ?

Vous voulez donc dire que si vous étiez né en Inde, au Tibet, en Afrique ou au Burundi, vous seriez habillé de la même manière aujourd'hui, exactement de la même façon ?

Ah Italo, non non, bien sûr que non.

Vous n'avez donc pas décidé comment vous habiller, c'est votre famille qui l'a fait.

PROGRAMME CULTUREL.

Y avez-vous déjà pensé ?

Un jour, j'ai été invité à prendre la parole lors d'une conférence devant un public d'environ 200 médecins et infirmières.

L'une des premières choses que j'ai dites, c'est : « Eh bien, nous sommes ici aujourd'hui pour parler de (***), mais si nous étions dans la forêt amazonienne, vous ne seriez probablement pas médecins, mais chamans. Et nous parlerions d'herbes et de rituels. »

J'avoue qu'ils ne m'ont pas très bien regardé... mais ce n'est pas grave.

La réalité, c'est que le premier facteur qui programme notre cerveau et influence nos choix, ce sont précisément les programmes culturels auxquels nous adhérons inconsciemment et dont nous tirons les éléments nécessaires à la prise de décision (sans les remettre en question).

Les Suisses sont... ? Exactement.

Les Finlandais ? Ce sont des gens froids.

Les Latino-Américains ? Ils sont joyeux et festifs.

Est-il possible qu'il n'existe aucun Latino-Américain qui ait froid et ordinateur?

Oui, bien sûr, nous parlons de généralisations, il y aura certainement un Latino-Américain « finlandais ».

Mais d'une manière générale, il s'agira d'un cas rare, et cela s'explique par le fait que les programmes culturels influencent fortement nos idées, nos pensées, notre façon d'être.



Source de programmation 1 : Culture.

Culture : oui, mais dans quelle mesure ?

Comment ? Qu'est-ce que cela signifie concrètement ?

Un article publié dans « Il Sole 24 Ore » le 24 juin 2014² parle d'Adriano Farano.

Adriano a inventé une application qui réinvente le concept d'« actualités » et vous permet d'avoir, dans un seul

Application d'actualités vidéo provenant de divers diffuseurs.

Sa start-up, qui a démarré avec 600 dollars, a ensuite levé 1,5 million de dollars de financement (auprès d'investisseurs géants comme Microsoft, la société de Bill Gates).

Farano raconte avoir été frappé par une passion pour l'actualité vidéo dès l'âge de neuf ans.

C'était en 1989. Le premier journal télévisé que j'ai vu parlait de la chute du mur de Berlin. Le lendemain, à l'école, je me suis rendu compte qu'aucun de mes camarades n'était au courant. En rentrant chez moi, j'ai pris des feuilles de papier et j'ai rédigé ce que j'ai appelé « Les Nouvelles de Berlin ».

J'ai fait des photocopies et je les ai vendues 500 liras.

J'ai « embauché » quatre enfants qui savaient écrire et dessiner, et j'ai publié au moins cinq numéros. Quand l'institutrice s'est aperçue que de l'argent circulait dans l'école, elle a interdit la publication. Aux États-Unis, on m'aurait décerné un prix.

Oui, aux États-Unis, oui. Mais en Italie, l'entrepreneuriat n'est pas perçu de la même manière.

Pensez, par exemple, à la façon dont un événement de ce genre a pu influencer vos choix de carrière jusqu'à présent, mais pas seulement...

Comment la culture influence votre réalité

Êtes-vous joyeux ou froid ?

Vous soignez-vous avec des médicaments ou par acupuncture ?

Aimez-vous vendre, ou ne vendriez-vous jamais parce que vous n'aimez pas déranger les gens ? (Essayez de poser la même question à un Tunisien... il rira et vous vendra quelque chose...).

Et avec le sexe opposé, comment ça se passe ? Êtes-vous timide ou extraverti(e) ?

Quelles sont vos options en tant que couple ? Devez-vous rester ensemble toute votre vie, ou vous séparez-vous simplement lorsque vous ne vous sentez plus à l'aise ?

Et votre santé ?

- Êtes-vous sûr d'être comme ça ? • Ou suivez-vous un des programmes typiques de votre culture ?

En parlant de santé : selon les dernières statistiques, les personnes les plus longévives au monde seraient les Hunza, une population vivant à la frontière nord du Pakistan, dans une vallée de la chaîne himalayenne.

Ils vivent en moyenne 135 ans et les femmes Hunza sont prolifiques jusqu'à plus de 90 ans.

Sans faire appel aux merveilles de la médecine, les raisons de leur longévité semblent liées à un régime alimentaire à base de plantes et au jeûne.

« Ah oui », vous pensez peut-être , « bien sûr, c'est une question de... » nutrition et mode de vie.

Et qui vous a dit de manger comme vous mangez et d'avoir le mode de vie que vous avez aujourd'hui ?

Programmation culturelle .

Croyez-vous peut-être à des mensonges ?

Je sais que cela peut paraître exagéré, et ça l'est à certains égards, mais j'introduis ici un concept fondamental.

Le problème n'est pas de savoir si vous avez raison ou tort, ce que vous ressentez ou ne ressentez pas, ce que vous êtes ou n'êtes pas. Le véritable problème , c'est que nombre de vos pensées sur vous-même et sur le monde qui vous entoure sont vos propres idées. Or, ce sont des idées qui sont, à tout le moins, conditionnées (parfois fortement conditionnées) par des facteurs qui échappent à votre contrôle (et vous comprendrez bien mieux pourquoi plus tard).

Vos idées sont conditionnées par toute une programmation mentale qui, avec ses cinq caractéristiques qui tendent à s'« auto-alimenter »,

« Renforcez-le », ils font paraître vrai ce qui a très peu de vérité (à l'exception de votre vision subjective).

Le problème n'est pas celui du bien et du mal : il existe un programme entier qui nous est utile (le langage par exemple et toute une série d'autres programmes).

Le problème, s'il y en a un, c'est que vous n'avez jamais remis en question la quasi-totalité de ces programmes.

D'une manière ou d'une autre, vous les avez simplement pris pour argent comptant .

Le problème, c'est que vous ne vous êtes même jamais demandé s'il

s'agissait de vos idées ou de programmes installés.

En fait, vous ignoriez probablement même leur existence (ou vous ignoriez leur importance, que vous commencez maintenant à comprendre) : vous les considériez comme vos pensées, vos choix.

Vous pensiez qu'il s'agissait de votre « voix » intérieure (en langage technique , votre monologue intérieur).

Vous pensiez : « Je sens » que c'est juste.

Vous pensiez : « c'est moi », « je suis fait comme ça ».

En bref : ces idées, ces pensées...

- vous ne les avez même jamais remis en question • vous ne les avez pas évalués.

Parce que ce sont des choses auxquelles vous croyiez, point final...

Ce sont des programmes que vous avez exécutés et que vous exécutez encore aujourd'hui, et c'est tout.

C'est précisément pourquoi j'aime les appeler « MENSONGES », c'est-à-dire quelque chose qui ne vous appartient pas entièrement, qui a au moins été fortement influencé, mais surtout que vous n'avez jamais remis en question.

Voici le problème.

Oui, j'aime les appeler des mensonges.

Alors : qui êtes-vous ?

Je veux dire : qui êtes-vous vraiment ?

Vous verrez qu'ensemble, nous continuerons à remettre en question pas mal de choses.

LA DEUXIÈME SOURCE DE PROGRAMMATION.

Ou « Pearl Harbor » : Chronique d'une catastrophe inévitable

Quel rapport avec Pearl Harbor ? Vous comprendrez bientôt, suivez-moi.

Entre 1939 et 1945, le monde fut englouti par un conflit à grande échelle qui causa environ 71 000 000 (soixante-et-onze millions !...) de morts : la Seconde Guerre mondiale.

Jusqu'au 7 décembre 1941, l'Amérique n'avait pas pris part au conflit : si loin de sa position, si loin de ses intérêts présumés.

Un sondage réalisé en septembre 1940 a également mis en évidence que 88 % de la population américaine était contre l'entrée en guerre des États-Unis³.

Franklin Delano Roosevelt avait été élu président des États-Unis d'Amérique notamment grâce à sa promesse de ne jamais entraîner la nation dans un conflit.

Voici ce qu'il a déclaré publiquement à ses électeurs :

« ...et tandis que je m'adresse à vous, mères et pères, je vous donne une autre assurance. Je l'ai déjà dit, mais je le répéterai sans cesse. » Vos garçons ne seront pas envoyés combattre dans une guerre étrangère...

MAIS LE 7 DÉCEMBRE 1941, UN ÉVÉNEMENT SE PRODUIRA QUI AURA

ONT LITTÉRALEMENT CHANGÉ LE COURS DE L'HISTOIRE (COMME ÇA ARRIVE)

(DES CHOSES ?): 350 avions lancés depuis des porte-avions japonais ont attaqué sans raison les flottes navales américaines déployées dans le Pacifique et en un peu plus d'une heure

Quatre navires sur huit ont coulé. Les autres se sont échoués ou ont subi de graves dommages.

Ce jour resterait à jamais gravé dans les mémoires comme
L'ATTAQUE DE PEARL HARBOR.

Le bilan de la guerre était déchirant : 2 273 morts et 1 119 blessés.

Face à cette attaque injuste et aveugle, l'Amérique a, à juste titre, été saisie par
une telle vague d'émotion que l'opinion publique a rapidement changé d'attitude face au conflit.

L'attaque « injustifiée » avait suscité un sentiment d' injustice chez les Américains (très similaire à celui qui s'était manifesté immédiatement après l'attentat contre les tours jumelles le 11 septembre 2001...) et, par conséquent, la grande majorité de la population américaine a soudainement changé d'avis , se déclarant favorable à l'entrée en guerre des États-Unis.

Seul un tel événement aurait pu contraindre l'administration américaine à décider d'entrer en guerre avec le soutien de la grande majorité de la population.

C'est ainsi que l'Amérique a déclenché le conflit armé.

Pearl Harbor, partie 2

Ce que nous lisons ci-dessus correspond à la version officielle.

Il est regrettable que, même grâce à la loi sur la liberté d'information (une loi américaine adoptée le 4 juillet 1966 qui a ouvert l'accès aux journalistes et aux chercheurs à de nombreux documents confidentiels et protégés),

(Secrets d'État) Une autre vérité a émergé . Des faits qui, s'ils s'étaient réellement produits dans ces termes, seraient gênants et déconcertants.

Veuillez noter : ce que j'écris ci-dessous provient d'une source alternative à la source officielle et je ne suis personnellement pas sûr qu'il s'agisse de la bonne source (j'ai une opinion, pas une certitude).

Cependant, la lecture de ce qui suit pourrait au moins susciter un doute légitime. Je recommande toujours d'aborder tout sujet avec un esprit ouvert : celui-ci ne fait pas exception.

Retour à Pearl Harbor : sommes-nous vraiment sûrs que les choses se sont passées comme on nous l'a raconté ?

Mais avant même de connaître une vérité peut-être « nouvelle » sur Pearl Harbor, il serait pertinent de poser une autre question : qui pourrait tirer profit d'une entrée en guerre mondiale ?

Instinctivement, la première réponse serait « personne ».

Mais les choses ne sont peut-être pas toujours ainsi.

Essayons d'aborder la question différemment des historiens officiels.

S'engager dans une guerre est peut-être préférable pour ceux qui savent qu'ils peuvent gagner. Y avez-vous déjà pensé ?

Quiconque pense pouvoir gagner sait qu'une victoire peut signifier la conquête de territoires, la répartition de grands contrats pour la reconstruction des pays endommagés, l'arrivée au pouvoir dans les nations perdantes de classes politiques au moins amies et en harmonie avec celles des pays victorieux (avec pour conséquence l'adoption de lois et d'accords favorables à ces pays).

Partir en guerre est avantageux pour ceux qui produisent des armes (si elles sont utilisées, la demande augmente, ce qui accroît la production et les profits).

Si les profits d'un secteur aussi important augmentent, le bien-être économique d'une nation augmente également, l'emploi augmente et la disponibilité de l'argent augmente.

en circulation (avec pour conséquence une augmentation de la consommation et du bien-être économique général).

Entrer en guerre est avantageux pour ceux qui, sachant qu'ils peuvent gagner, ont la possibilité de changer le destin économique d'un pays où les anciennes règles économiques et sociales ont cessé de fonctionner, entraînant une dépression économique qui pourrait conduire à la faillite de la nation.

Cela dit, à y regarder de plus près, les États-Unis d'Amérique auraient pu avoir une raison d'entrer en guerre... mais je ne suis pas un « théoricien du complot » ni quelqu'un qui voit toujours quelque chose de louche ; au contraire, c'est tout le contraire.

Il arrive cependant que les faits soient si flous que nous ne pouvons accepter tout ce qu'ils nous disent sans renoncer à notre propre capacité d'analyse.

Dans ce cas précis, la vérité « officielle » pourrait même être choquante.

En effet, grâce notamment à la loi sur la liberté d'information, comme mentionné précédemment, nous apprenons que dès le 7 octobre 1940, un bulletin publié et signé par le lieutenant-commandant Arthur McCollum, expert militaire de haut rang en matière de coutumes japonaises, circulait apparemment dans les hautes sphères politiques américaines. Ce bulletin contenait vraisemblablement un plan visant explicitement à créer les conditions qui contraindraient les Japonais à réagir arméement contre les États-Unis, comme pour dire : « Je vous provoque subtilement et insidieusement. »

Bien que la version officielle, à ce jour, exclue tout président Roosevelt

Concernant l'implication de l'administration américaine dans l'attaque de Pearl Harbor, les preuves sont si nombreuses qu'elles soulèvent de sérieux doutes .

Il suffit de dire que les documents disponibles semblent confirmer que Roosevelt a été informé .

du danger d'une attaque japonaise imminente provenant d'au moins huit sources différentes⁶ .

Malgré tout cela, le jour de l'attaque de Pearl Harbor, non seulement les flottes américaines n'avaient pas été déplacées vers des lieux plus sûrs, mais l'état d'alerte n'avait même pas été proclamé.

Lorsque la première commission d'enquête sur le massacre fut ouverte en 1946 (même à cette époque, on avait le sentiment que les choses s'étaient passées différemment de ce qui avait été rapporté...), toute responsabilité directe du Président fut officiellement exclue, partant du principe qu'il n'avait jamais eu connaissance du plan McCollum.

Malheureusement, des enquêtes scientifiques ultérieures semblent avoir démontré la présence de ses empreintes digitales sur chaque page du document susmentionné et que nombre des actions entreprises par le président correspondent précisément aux points du plan McCollum et ont été entreprises dans les jours qui ont immédiatement suivi sa publication au sein des plus hautes sphères politiques américaines.

Pour résumer...

- Septembre 1940 : 88 % de la population américaine est opposée à l'entrée en guerre des États-Unis dans le conflit mondial.
- Décembre 1941 (après l'attaque de Pearl Harbor) : soutien à l'entrée en guerre des États-Unis par la grande majorité de la population.

Qu'est-ce qui a fait changer d'avis ces gens ? Était-ce vraiment leur choix ? Et si ce n'était pas le cas ?

Et si c'était plutôt la conséquence de schémas mentaux profondément ancrés ? (« sens de la

JUSTICE », « sens du DEVOIR D'AGIR »...)

Source de programmation 2 : MÉDIAS DE MASSE

N'oubliez pas : considérez ce que je vous ai raconté plus haut comme une petite histoire. Je ne suis pas journaliste spécialisé en histoire (même si j'ai effectué pas mal de recherches).

Vous serez peut-être indignés, peut-être déconcertés, mais je vous rappelle : ce qui nous intéresse maintenant, ce n'est pas de connaître cette vérité, mais plutôt de comprendre la dynamique.

Qu'est-ce qui a fait changer d'avis toutes ces personnes ?

Ont-ils librement décidé de changer d'avis ?

Parce qu'au début, presque tout le monde était contre le conflit, puis Sont-ils devenus populaires ?

Libre arbitre ? Ou contrôle des foules ?

En parlant de gestion des foules...

Noam Chomsky (professeur émérite au Massachusetts Institute of Technology, linguiste, philosophe et certainement l'un des plus grands experts mondiaux en communication) a dressé une liste de dix stratégies pour manipuler les masses par le biais des médias de masse.

Il vous suffit d'effectuer une recherche rapide sur Internet pour trouver un document qui présente les 10 STRATÉGIES DE CONTRÔLE DE MASSES.

Nous souhaitons en observer trois...

- STRATÉGIE 2 : CRÉER DES PROBLÈMES PUIS PROPOSER DES SOLUTIONS

Cette méthode est également appelée « problème-réaction-solution ».

On crée un problème, une « situation » censée provoquer une certaine réaction du public, dans le but d'en faire l'instigateur des mesures que l'on souhaite voir acceptées.

Par exemple : laisser la violence urbaine se propager ou s'intensifier, organiser des attaques sanglantes dans le but d'amener le public à réclamer des lois et des politiques de sécurité au détriment de la liberté.

Voire même : créer une crise économique pour faire accepter le recul des droits sociaux et le démantèlement des services publics comme un mal nécessaire.

- STRATÉGIE 6 : UTILISER BEAUCOUP PLUS L'ASPECT ÉMOTIONNEL QUE LA RÉFLEXION
Exploiter les émotions est une technique classique pour court-circuiter l'analyse rationnelle et la pensée critique d'un individu. De plus, le recours au registre émotionnel permet d'accéder à l'inconscient pour y implanter des idées, des désirs, des peurs, des compulsions ou induire des comportements.

Maintenant que vous savez comment le cerveau est programmé, vous pouvez bien comprendre pourquoi le registre émotionnel est utilisé : parce qu'il programme le cerveau !

- STRATÉGIE 7 : MAINTENIR LE PUBLIC DANS L'IGNORANCE ET DANS MÉDIOCRITÉ

Autrement dit, rendre le public incapable de comprendre les technologies et les méthodes utilisées pour son contrôle et son asservissement.

« La qualité de l'éducation dispensée aux classes sociales inférieures doit être aussi médiocre que possible, afin que le fossé d'ignorance qui existe entre les classes inférieures et supérieures soit et reste impossible à combler pour les classes inférieures. »

Ces trois points vous rappellent-ils quelque chose ?

Quand vous pensez à Pearl Harbor, cela vous rappelle-t-il quelque chose ?

Et si l'on pense à la crise des années 2000 ?

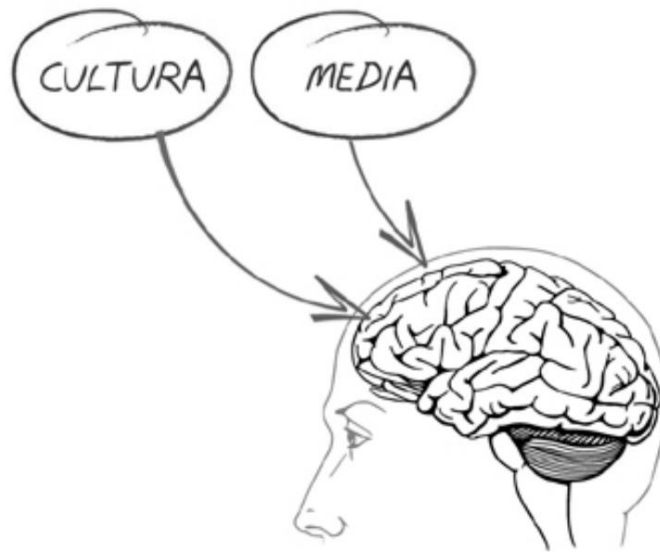
Et l'attentat contre les tours jumelles ? Il

est bon de rester ouvert à la possibilité que rien de tout cela ne se soit passé comme on le croit. Ou peut-être que si. Bref, il faut au moins se poser la question...

Mais n'oubliez pas :

- Faites attention lorsque vous vous sentez indigné.
- Soyez prudent lorsque vous éprouvez un sentiment de « justice ».
- Soyez prudent lorsque vous pensez à quelque chose que vous n'approuveriez jamais (comme une guerre ou certaines réformes sociales) et pensez plutôt :
« Peut-être que dans ce cas, oui... ».

Je vous suggère seulement ceci : soyez prudent.
Pensez toujours à qui vous êtes.



Comment les médias influencent votre réalité.
La crise s'aggrave (et Mike Tyson se drogue).

En parlant de crise.

Depuis 2000, nous sommes littéralement bombardés par un terrorisme médiatique sans précédent (du moins pour ma génération).

Une crise mondiale a secoué le monde, entraînant la fermeture de milliers d'entreprises et laissant des millions de personnes sans abri, les plongeant dans une lutte pour la survie.

Je me souviens avoir réalisé une fois, en descendant du train, à quel point cet attentat était violent.

J'étais là, à attendre ma correspondance, et, au milieu du bruit des trains et des bavardages des gens en arrière-plan, j'ai entendu un reportage à la radio qui disait quelque chose comme : « Le

PIB est en baisse, le chômage atteint des niveaux records... et Mike Tyson se drogue !... ».

Sans y prêter attention, on pouvait presque ne pas l'entendre, mais cela produisait quelque chose de pire : la répétition, combinée au registre émotionnel, était bien présente et programmait le cerveau à un niveau inconscient et subliminal.

Quel genre de message ou de programmation peuvent véhiculer des informations comme celles-ci ?

Colère, peur, terreur.

Et quelles décisions peuvent être prises sur la base de la colère, de la peur, de la terreur ?

La qualité de nos choix dépend également des exemples dont nous disposons.

Si vous vous souvenez des neurones miroirs, vous pourriez vous demander : quels choix pouvons-nous faire si nous avons toujours ce genre d'exemples à notre disposition ?

Ce qui m'intrigue, c'est : pourquoi, durant la même période, les journaux, les magazines et les chaînes de télévision du monde entier n'ont-ils pas mis ce genre de choses en première page ?

« Même Spiegel refuse 3 milliards de dollars de Mark Zuckerberg (fondateur de Facebook). Il vise des profits bien plus importants avec son entreprise. »

- « Nick D'Aloisio, un jeune homme de dix-sept ans, gagne 30 millions de dollars en vendant son application à Yahoo. » • « Ils sont licenciés, économisent, s'associent et rachètent l'entreprise qui menaçait de les licencier. Aujourd'hui, ils fabriquent des douches et les exportent dans le monde entier. »
- « Une mère ramène son bébé prématuré à la vie – L'amour ressuscite les morts et déjoue les pronostics médicaux. » Après 27 semaines de gestation, elle accouche de jumeaux prématurés. La fille survit à la naissance, tandis que pour le garçon, tous les efforts des médecins semblent vains et il est déclaré mort. Mais l'amour maternel est une force surhumaine que rien ne peut arrêter, pas même la mort (présumée dans ce cas, mais pour l'instant considérée comme acquise par les médecins). L'instinct et l'amour ont poussé Kate à serrer ce petit être contre sa poitrine, à retirer le drap qui le recouvrait et à l'embrasser, le caresser et le câliner pendant deux heures, jusqu'à son incroyable « résurrection ». • « Soyez heureux. La recherche scientifique a démontré que le pessimisme tue comme le tabac. »

Toutes les vraies informations, les informations authentiques : des informations qu'on ne peut toutefois retrouver qu'en creusant à la loupe.
La question est : pourquoi ne nous l'ont-ils pas dit ?!

Succès, argent, santé, amour : vos choix vous appartiennent-ils vraiment ? (Ou êtes-vous victime d'impuissance acquise ?)

Si tout tourne mal, si les gens sombrent dans la misère, si les blondes sont plus populaires que les brunes, les femmes minces plus populaires que les femmes rondes, si les maux de tête nécessitent de l'aspirine (et que Tyson se drogue...). Bref, si tout cela est vrai, moi, le peuple

Mortel... que dois-je faire pour réaliser mes rêves ? Qui suis-je pour y parvenir ?

Une telle « brutalité » vous a-t-elle déjà traversé l'esprit ?

Eh bien : ce n'est peut-être pas une coïncidence.

En réalité, il est compréhensible que, compte tenu du conditionnement auquel vous êtes soumis, l'idée qu'une autre possibilité puisse exister ne vous vienne même pas à l'esprit. Il est compréhensible que vous ne saisissiez même rien.

Discussion !

C'est compréhensible que vous... foncez !

De plus, comme il s'agit de programmes mentaux, avec toutes les caractéristiques que vous connaissez maintenant, cette façon de penser va déclencher une série d'événements qui confirmeront vos pensées, jusqu'au résultat final : « Qu'est-ce que je vais essayer de faire ? »

Succès, argent, santé, amour : comment prenez-vous vos décisions ? Se pourrait-il que vous acceptiez inconsciemment des règles écrites par quelqu'un d'autre ?

Si tel était le cas , ce serait grave, vous ne croyez pas ?

Je pourrais remplir un livre entier d'exemples pratiques (et je vous invite à réfléchir aux messages que vous envoient les médias de masse).

Voulons-nous parler de SANTÉ par exemple ?

Je ne porte aucun jugement, je me demande simplement pourquoi certaines choses arrivent (je vous invite à donner votre réponse).

Je me demande : est-il vraiment possible qu'après des décennies de recherche, la seule solution pour lutter contre le cancer aujourd'hui soit d'injecter une bombe atomique dans le corps (car c'est bien de cela qu'il s'agit avec la chimiothérapie) ? Il existe d'autres solutions « officielles », certes, mais presque toutes sont invasives , voire très invasives.

À ce sujet, le 26 mars 2014, l'émission « Le lene » de Mediaset a diffusé un reportage.

Parmi les personnes présentes lors de l'entretien figurait le professeur Berrino, aujourd'hui retraité, mais qui, comme l'a décrit l'auteur du rapport, Matteo Viviani, était directeur du département de médecine préventive et prédictive de l'Institut national du cancer de Milan et qui, avec Veronesi, est de loin l'une des figures les plus influentes dans ce domaine. Le professeur Berrino a répondu à toutes les questions, a servi de médiateur et a maintenu ses positions jusqu'à environ une minute avant la fin de l'entretien, moment où, alors qu'il abordait les maladies et la nutrition, il a soupiré et déclaré (ce sont ses mots exacts) :

« Oui, en moyenne, ce que nous donnons à manger à nos patients dans les hôpitaux est vraiment de la pire qualité, je crois que ce n'est pas bon pour eux. »

Vous savez, je dis toujours que nous aimons nos malades, que nous voulons qu'ils reviennent parmi nous... Disons que si nous tombons malades, le PIB augmente, il y a de la croissance, la propagation diminue.

Le secteur de la santé est le plus important secteur d'activité du pays, nous a rappelé le professeur Monti.

Il n'y a pas d'intérêt économique direct... il n'y a pas d'intérêt économique dans le Comparaisons des mesures de prévention.

Comment définir cela ? C'est un mélange d'ignorance, de stupidité et d'égoïsme...

Une confession choquante, et je me demande : pourquoi diable n'a-t-elle pas fait la une de tous les journaux et donné lieu à des éditions spéciales de tous les journaux télévisés ?

Essayez d'imaginer une autre scène...

Un médecin accepte le prix Nobel de médecine et déclare : « Les principales revues scientifiques nuisent à la science. »

Le problème, c'est qu'il n'est pas nécessaire d'imaginer, c'est bel et bien arrivé (mais même à ce sujet, l'information n'a pas été relayée en masse). C'est Randy Schekman qui l'a fait, sans détour ni

effusion de surprise. Ce biologiste américain a reçu le prix Nobel en 2013 pour sa découverte du mécanisme qui...

il régule le transport des molécules à l'intérieur des cellules, a-t-il déclaré⁸ :

«Les grandes revues scientifiques faussent le processus scientifique et représentent une «tyrannie» qu'il faut briser.»

Pourquoi ? (Vous vous posez peut-être la question)

Disons les choses ainsi : imaginez que vous êtes l'une des revues scientifiques les plus prestigieuses (c'est grâce aux revues scientifiques que les médecins obtiennent des informations sur la marche à suivre et le choix du traitement) et que vous, en tant que revue scientifique, appartenez à une entreprise pharmaceutique.

Ou plus simplement, imaginez que des entreprises pharmaceutiques investissent plusieurs millions d'euros en publicité sur vos pages.

En gros, d'une manière ou d'une autre, vous vivez de ces investissements.

Aimeriez-vous vous mettre à dos les personnes qui vous font vivre en publiant quelque chose qui contredit la validité de leur production ?

Arrête d'imaginer cette fois aussi , car ça pourrait bien se passer comme ça.

Dans ce monde, une grande partie de la recherche scientifique Il semblerait qu'il soit boycotté par certains groupes d'intérêts.

Malheureusement, ceux qui s'appuient sur les revues (médecins, chercheurs, etc.) prennent d'abord les résultats pour argent comptant (première programmation), SOUVENT EN TOUTE BONNE FOI, puis vous les transmettent d'une manière ou d'une autre (seconde programmation), toujours en toute bonne foi !

En résumé : il est clair que les médias ont le pouvoir d' influencer les pensées, d' encourager et de suggérer des décisions, ils ont le pouvoir de rendre les événements visibles ou invisibles.

Si les médias rapportaient chaque information de manière équilibrée, nous saurions peut-être aujourd'hui que nos voitures pourraient rouler à l'eau, que nous pourrions peut-être obtenir de l'énergie à partir de rien (oui, de l'éther), que peut-être pas

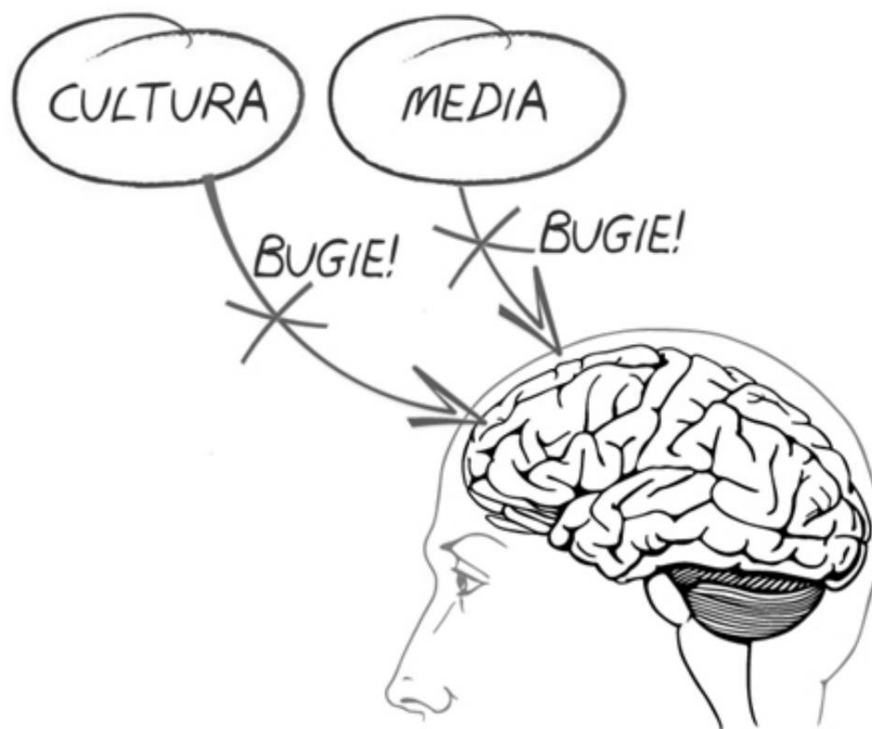
Il nous faudrait des centrales nucléaires, et peut-être que les états mentaux priment sur les drogues.

Je ne cherche pas ici à prouver si tout cela est vrai ou non. Je dis simplement que si les médias étaient plus « équilibrés », nous saurions peut-être aussi que nous vivons dans un monde d'opportunités et que, même pendant les périodes qualifiées de « crise », nous sommes peut-être confrontés à une réalité totalement inédite.

Mais revenons à la question essentielle que nous nous sommes posée.

Succès, argent, santé, amour : êtes-vous sûr que vos choix vous appartiennent vraiment ?
Ou bien les avez-vous acceptés sans remettre en question les pensées, les idées, les concepts et les informations qui vous ont été transmis ?

Le problème, encore une fois, c'est que vous avez peut-être cru à des mensonges.



La TROISIÈME SOURCE DE PROGRAMMATION (alias

« la recherche du bonheur »)

Après avoir découvert la première source de programmation mentale (la CULTURE) et la seconde (les MÉDIAS DE MASSE), découvrons ensemble la troisième.

Qu'est-ce qui influence votre vie ? Vos idées ?

Chris Gardner est un entrepreneur millionnaire qui, au début des années 1980, a vécu une longue période de grande pauvreté, avec un enfant à charge et sans domicile fixe.

grandir.

« À la recherche du bonheur » est un film de 2006 inspiré de l'histoire de Chris. Will Smith (qui interprète Chris Gardner) est un jour au parc avec son fils, en train de jouer au basket. Le petit garçon est fou de joie, et pendant qu'il marque des paniers, il court partout en criant à pleins poumons : « Je vais devenir pro, je vais devenir pro ! »

« Oh oh, d'accord ! » s'exclame Will Smith. « Ouais !... Enfin, je ne sais pas, tu joueras peut-être plus ou moins comme moi. C'est comme ça, tu sais ? J'étais plutôt mauvais. Alors tu atteindras probablement mon niveau, peut-être. Tu seras très bon dans beaucoup de choses, mais je n'y crois pas trop, alors je ne veux pas que tu restes assis là à taper dans la balle toute la journée, d'accord ? »

« D'accord », répond l'enfant inconsolable.

« Bravo », répond Will Smith.

Mais quelque chose a changé à ce moment-là...

Quelque chose avait changé dans les yeux de cet enfant.

Quelqu'un, sans le vouloir, l'a programmé en lui volant ce qu'il avait de plus précieux : son petit grand rêve.

Lentement, l'enfant se déplace pour aller chercher le ballon et le remettre dans le sac pour le ramener à la maison.

Mais juste à ce moment-là, Will Smith, réalisant ce qui s'est passé (un peu comme ce qui m'est arrivé avec Isabel), s'approche de lui pour lui parler : « Hé... ne laisse jamais personne te dire que tu ne peux pas faire quelque chose, pas même moi. D'accord ? »

« D'accord », répond l'enfant.

Le père poursuit : « Si vous avez un rêve, vous devez le protéger. »
Quand les gens ne savent pas faire quelque chose, ils vous disent que vous ne savez pas le faire. Si vous voulez quelque chose, allez le chercher. Indiquer!".

Source de programmation 3 : LES AUTRES

J'avais vingt-quatre ans quand, un jour, pour retrouver la liberté que j'avais perdue, je me suis enthousiasmé pour un nouveau projet qui m'était venu à l'esprit.

Je ne pouvais littéralement pas contenir mon excitation.

J'en ai parlé à une amie très chère, qui a acquiescé en écoutant. Tout changeait dans ma vie, et j'étais certaine que cette idée me permettrait de retrouver une vie plus conforme à mes aspirations.

Quand j'eus enfin tout déballé (et que j'attendais inconsciemment le soutien de mon amie), elle me regarda et me dit : « Très bien, Italo, mais redescends sur terre... »

Merci ! (À ce moment-là, je crois que je me sentais comme le fils de Gardner sur le terrain de basket.)

Pourquoi ce simple « gardez les pieds sur terre » a-t-il suffi à me rendre aussi rancunier ?

Parce que nous, les humains, ne sommes pas des animaux solitaires.

Dès notre naissance, nous sommes entourés, nous apprenons et nous grandissons au sein de groupes plus ou moins importants composés d'animaux de notre propre espèce. « Quand je serai grand, je veux être comme... »

« Papa », « Quand je serai grand, je veux être comme maman »... Beaucoup d'entre nous ont dit ou pensé cela pendant leur enfance, mais tous les autres l'ont absorbé inconsciemment.

Tout comme Isabel, qui manquait de modèles de comportement en cas d'erreur, nous recherchons constamment des solutions et des modèles.

ou PROGRAMMES COMPORTEMENTAUX :

Qu'est-ce qui est bien ? Qu'est-ce qui est mal ? Comment procéder ?

En réalité, chaque fois que le cerveau est confronté à une nouvelle situation, il recherche des instructions qui répondent à la question : Que faire ?

La chose la plus simple et la plus instinctive consiste à observer et à imiter le comportement des animaux de notre propre espèce, surtout s'il s'agit de nos points de référence (parents, proches, enseignants, meilleurs amis, etc.).

Avez-vous déjà remarqué que vous avez certains traits de caractère de votre père ?
Ou celle de votre mère ?

Nous apprenons non seulement d'eux (qui sont évidemment nos points de référence), mais aussi de toutes les personnes qui nous entourent, surtout si elles représentent une figure d'autorité à nos yeux.

En soi, il n'y a rien de mal à cela ; parfois, notre entourage peut nous donner le bon exemple. Le problème, c'est qu'il existe des inconvénients majeurs, que nous allons examiner ensemble dans les paragraphes suivants.



Comment les autres programment notre cerveau : les deux méthodes d'apprentissage

Tandis que nous poursuivons notre explication des sources de la programmation, continuez de vous poser les questions suivantes : « Quand cela aurait-il pu m'arriver ? Est-ce que cela m'arrive maintenant ? »

Vous est-il déjà arrivé de suivre des instructions données par d'autres sans même les remettre en question ?

Comme nous l'avons dit précédemment, chaque fois que le cerveau est confronté à une nouvelle situation, il recherche le modèle comportemental approprié.

La première question qui se pose est : comment cela se fait-il ? (Qui a dit « comment fait-on ? »)

Lorsque le cerveau se pose cette question, il trouve sa réponse essentiellement de deux manières.

Méthode d'apprentissage 1 : IMITATION La première façon de trouver une réponse (c'est-à-dire l'instruction appropriée) est une réaction instinctive et ancestrale : l'imitation.

L'imitation est une forme d'apprentissage qui contribue à la création de modèles mentaux, c'est-à-dire qu'elle aide le cerveau à répondre à la fameuse question : Comment fait-on ?

Le psychologue suisse Jean Piaget a mené des recherches approfondies sur les styles d'apprentissage et, au cours de ses études, il a rapidement observé comment les nouveau-nés apprennent vite à réagir par imitation (Pleurer ? Je pleure. Rire ? Je ris). L'étude a démontré que, dès l'âge de deux mois, les nourrissons peuvent imiter des gestes sans en comprendre pleinement le sens.

Outre ce type d'imitation, il faut également dire que, dès leur plus jeune âge, les futurs hommes et femmes sont littéralement inondés d'informations : ceci se fait, ceci ne se fait pas, ceci est bien, ceci est mal, ceci est possible, ceci est impossible...

La formation de synapses en relation avec ce type de « commandes » fait qu'elles passent rapidement à un niveau inconscient (et sont donc proposées à nouveau sans aucun contrôle conscient supplémentaire de la part de l'individu).

En pratique, le cerveau, devant gérer une quantité énorme de données chaque seconde, recherche constamment un raccourci et, lorsqu'il en trouve un parmi ses programmes, il l'applique immédiatement (afin de ne pas perdre de temps à chercher la solution à chaque fois).

C'est un facteur absolument positif : imaginez si, à chaque fois que vous deviez ouvrir une porte, vous deviez vous demander « Comment faire ? » Au lieu de cela, votre cerveau a mémorisé la séquence : je m'approche, je saisis la poignée, etc.

Le problème n'est donc pas l'imitation en elle-même, mais le fait qu'en plus des programmes productifs, nous acquérons également toute une série de modèles comportementaux que nous croyons être les nôtres, mais qui ne le sont pas du tout (et qui sont souvent improductifs).

EXEMPLE. Une amie à moi était incapable d'affronter les difficultés de la vie. Chaque fois qu'elle devait faire face à une situation difficile, elle se sentait incapable d'y faire face.

Elle se repliait sur elle-même face à un problème d'importance moyenne.
« Quand j'ai des problèmes, j'aime être seule avec moi-même », disait-elle.

Le problème ? Cela ne résolvait pas ses problèmes.

En remontant le fil des événements, nous avons découvert que la mère, durant une période où elle traversait de graves difficultés familiales, s'enfermait dans sa chambre, se glissait sous les couvertures et pouvait y rester des heures durant, seule et dans un silence absolu.

Nous avons soudain découvert que ce n'était pas vrai que mon amie aimait être seule lorsqu'elle avait des problèmes... elle imitait simplement, inconsciemment, le comportement de sa mère.

Comme il s'agissait d'un comportement improductif, nous avons décidé d'y travailler, mais en réalité, ce n'était pas si difficile.

Une fois le mécanisme découvert, mon amie a cessé de s'identifier à ce comportement (« Ce n'est pas moi qui aime être seule, c'est ma mère qui aimait ça ») et a donc rapidement pu le remplacer par un autre programme, un programme mental plus productif.

Vous vous trouvez peut-être dans une relation insatisfaisante, mais vos parents sont passés par là aussi et ont tourné la page pour le bien de leurs enfants, et vous devriez en faire autant.

À l'inverse, si vos parents sont séparés mais restent en bons termes, vous ferez probablement de même.

Il n'y a ni bien ni mal, ni juste ni faux.

Il n'y a qu'un seul problème : l'avez-vous choisi vous-même ou imitez-vous quelqu'un sans le savoir ?

Il en va de même pour tout autre sujet : santé, bien-être, finances ; combien d'attitudes, de pensées et d'habitudes avez-vous pu acquérir sans le savoir auprès de vos pairs ? De vos parents, de vos amis, de vos proches, de vos professeurs...

Réfléchissez-y, vous pourriez découvrir des choses très intéressantes.

Méthode d'apprentissage 2 : PREUVE SOCIALE Si la première méthode d'apprentissage passe par l'imitation, la seconde pourrait être définie comme une variante de l'imitation, mais qui a trait à notre place dans le monde.

Prenons un exemple.

Vous entrez dans un supermarché pour la première fois : il est immense, vous ne savez pas où aller.

Que faire ? La première chose à faire, même sans réfléchir, c'est de suivre le courant. Commencer là où la plupart des gens vont. Pas vrai ?

Ce phénomène, simplifié au maximum dans cet exemple pour faciliter la compréhension, est un phénomène bien étudié appelé « preuve sociale ».

La loi de la preuve sociale stipule qu'en l'absence d'un modèle comportemental connu, nous avons tendance à supposer que le modèle comportemental adopté par la plupart des personnes qui nous entourent est valide.

Le sociologue américain Robert Cialdini a mené des recherches marquantes sur le comportement des foules et, dans l'une de ses expériences, a demandé à son équipe de créer un site web proposant des chansons en téléchargement gratuit.

Dans la première version de l'expérience, le compteur de téléchargements démarrait à 0.

Pour toutes les chansons, il a ainsi pu suivre l'incidence statistique des téléchargements (c'est-à-dire quelles chansons étaient les plus téléchargées et lesquelles étaient les moins téléchargées).

Comme prévu, la répartition statistique des téléchargements était équilibrée.

Dans la seconde partie de l'expérience, les experts ont attribué à la même liste de chansons un compteur comportant un nombre de téléchargements totalement fictif.

Ils ont dit par exemple :

– Chanson 1 : Téléchargée 14 000 fois –
Chanson 2 : Téléchargée 4 589 fois – Chanson
3 : Téléchargée 2 417 fois

...et ainsi de suite.

Le comportement des participants lors de cette deuxième phase de l'expérience était complètement différent.

Alors que la première partie affichait un taux de téléchargement extrêmement équilibré, dans la seconde, les chansons considérées comme les plus populaires ont été téléchargées beaucoup plus fréquemment (« Si une chanson est téléchargée autant de fois, c'est qu'elle est meilleure »...). Voilà !

En l'absence de modèle comportemental (dans ce cas « je ne connais pas les chansons »), nous avons tendance à considérer comme valide le modèle comportemental adopté par d'autres personnes (« Je télécharge plus ceux qui ont téléchargé les autres »).

Les tendances et la mode naissent de ce comportement de masse.

Il n'y a rien de mal à regarder ce que font les autres.

Le problème, s'il y en a un, c'est que si vous faites les mêmes choses... vous obtiendrez très probablement des résultats similaires aux leurs.

Un autre problème est que chacun d'entre nous a des objectifs différents : prenons par exemple la génération d'après-guerre où la sécurité était récompensée plutôt que l'initiative (au travail).

Face à un choix entre suivre ses rêves ou... mieux vaut ne pas trop en faire, quel conseil donnerait une personne de cette génération ? Ou que vous conseillerait-elle si votre mariage traversait une crise ?

Leurs conseils viendront du cœur et seront sincères, mais ils ne seront sincères que selon LEURS objectifs.

Encore une fois, il n'y a rien de mal à se faire une idée en observant autour de soi.

Le problème, c'est qu'une fois ce schéma mental créé, on ne le remet plus en question (juste, faux, possible, impossible) et on croit que c'est VOTRE pensée, VOTRE idée.

Votre sphère d'influence : pour le cerveau,
agir, regarder ou penser, c'est presque la même chose.

Le groupe de personnes avec lequel vous avez grandi ou qui vous entourent aujourd'hui s'appelle votre « cercle d'influence ».

Votre entourage exerce un pouvoir de programmation sur votre cerveau qui dépasse de loin tout ce que vous pouvez imaginer.

Que vous agissiez, que vous y pensiez ou
que vous observiez simplement l'action se dérouler, cela
ne change pas grand-chose pour le cerveau.

Entre les années 1980 et 1990, un groupe de chercheurs entièrement italiens de l'Université de Parme, utilisant de nouveaux outils de cartographie cérébrale, a découvert ce que l'on a appelé les « neurones miroirs », que j'ai déjà brièvement mentionnés.

Il est temps d'approfondir un peu plus ce sujet.

NEURONES MIROIRS

Les neurones miroirs ont été une découverte si importante que le célèbre neuroscientifique Vilayanur S.

Ramachandran a déclaré :

«Les neurones miroirs seront à la psychologie ce que l'ADN a été à la biologie».

Mais que sont ces neurones miroirs ?

Et pourquoi sont-ils si importants ?

Comme mentionné précédemment, les neurones miroirs sont une classe de neurones qui s'activent lorsqu'un individu effectue une action et lorsqu'il observe la même action effectuée par un autre sujet.

Cette découverte a jeté les bases de nouvelles découvertes dans les domaines de la neuro-ingénierie et de la modélisation comportementale, et bien que des débats persistent quant à son interprétation, de nombreuses expériences ont confirmé sa validité pratique et, par conséquent, le pouvoir de l'IMAGINATION.

Dans l'une de ces expériences, par exemple – qui est décrite dans un article publié dans le « Journal of Neurophysiology » en 1995 et intitulé « A modulation of muscle responses evoked by transcranial magnetic stimulation during the acquisition of new fine motor skills » – deux groupes de personnes jouant du piano ont été sélectionnés.

Le premier groupe s'est vu attribuer des exercices (gammes, accords, etc.) et a reçu pour instruction de s'entraîner 2 heures par jour.

Le deuxième groupe a reçu exactement les mêmes exercices, mais on lui a demandé de réfléchir à la manière de les effectuer sans toucher les touches du piano.

Le résultat fut que des changements
cérébraux presque identiques furent détectés dans les deux
groupes : en
gros, les deux groupes avaient acquis plus ou
moins les mêmes compétences⁹ .

Pour le cerveau, faire ou penser à faire était en pratique une chose très similaire .

D'autres expériences ont démontré les mêmes résultats, mais même sans imagination, simplement en regardant.

d'autres personnes qui ont effectué cette activité (les neurones miroirs, précisément).

D'un point de vue cérébral , agir, penser ou regarder sont des choses très similaires.

Saint François d'Assise a dit :

« Faites attention à vos pensées et à vos paroles, cela pourrait devenir la prophétie de votre vie... »

Nous savons maintenant qu'il ne s'agit pas seulement d'une interprétation philosophique, mais de quelque chose de beaucoup plus concret et réel que vous n'auriez jamais pu l'imaginer !

À ce stade, il convient également de considérer ce fait : lesquels de vos schémas mentaux avez-vous acquis D'AUTRES ?

La vie est essentiellement un théâtre, dans lequel chacun de nous joue son rôle.

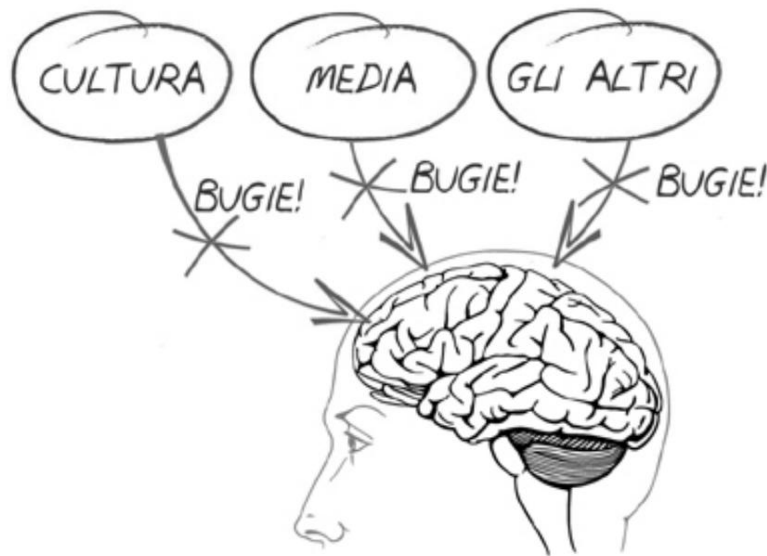
Le problème avec ce mécanisme de programmation, c'est que votre vie vous appartient, mais vous la voyez à travers les yeux de quelqu'un d'autre (qui a lui aussi été programmé).

Le problème, c'est que vous croyez que certaines pensées, certains choix, certaines idées et certaines décisions vous appartiennent, alors qu'en réalité, vous ne faites qu'exécuter des programmes mentaux appris par imitation ou, même inconsciemment, par validation sociale.

Dès notre naissance, nous sommes entourés de personnes et de modèles. Nous imitons leurs comportements et écoutons leurs conseils.

Il n'y a rien de mal à cela.

Il y a juste un problème. Vous vous réveillez un matin et vous réalisez que vous avez vécu la vie de quelqu'un d'autre.



La QUATRIÈME SOURCE DE PROGRAMMATION (alias « Je suis désolé, mais ce n'est pas ma faute »)

Je suis sûr qu'à présent, connaissant les 3 premières sources de programmation (CULTURE, MÉDIAS, AUTRES), vous aurez au moins commencé à vous interroger sur l'origine de vos pensées, l'origine de vos idées.

Vous avez probablement commencé à remettre en question, au moins, l'idée que vous vous faites du problème que vous souhaitez résoudre ou de l'objectif que vous voulez atteindre. Mais surtout, j'espère que vous avez commencé à vous interroger sur votre propre identité.

Nous aurons le temps d'approfondir ce sujet, ne vous inquiétez pas ; en attendant, je veux vous parler de la quatrième et dernière source principale de programmation, probablement la plus cachée.

Pour ce faire, je vais vous raconter une histoire vraie.

Nous travaillons sur un projet d'envergure pour lequel nous avons également fait appel à des entreprises et des professionnels externes. Afin d'assurer une exécution optimale, nous avons réparti les tâches entre nous.

Mon rôle aurait été de veiller à ce que le travail soit réalisé avec l'excellente qualité souhaitée et dans les délais impartis.

Le délai était de 60 jours et, malheureusement, au soixantième jour, le travail n'était toujours pas terminé. Une série de difficultés avait ralenti et entravé la mise en œuvre de certaines fonctionnalités.

Pour ma part, j'avais fait tout mon possible : j'étais littéralement attaché à ces personnes, je suivais l'avancement des travaux et je les encourageais à en faire plus.

Mais tous mes efforts furent vains.

En parlant à mon compagnon, je lui ai raconté ce qui s'était passé : j'étais restée scotchée à mon téléphone et j'avais tout essayé. J'étais désolée que l'objectif n'ait pas encore été atteint, mais ce n'était pas de ma faute ; j'avais vraiment tout donné.

Je me souviens qu'il n'y a pas réfléchi longtemps, il m'a juste regardé et a dit : « Ce n'est pas vrai que tu as fait tout ton possible. Après les 20 premiers jours, tu aurais pu te rendre compte que le travail avançait trop lentement. Tu aurais pu leur donner un ultimatum, et s'ils n'ont pas respecté la procédure, tu aurais pu confier la tâche à quelqu'un de plus compétent. Si tu avais fait cela, le projet serait terminé et livré depuis longtemps. »

Un vrai coup dur... Je pensais vraiment avoir tout donné, mais j'ai vite compris que mon partenaire avait raison.

En réalité, il n'est même pas juste de parler de « culpabilité », il vaut mieux parler de « responsabilité » (responsabilité, « capacité de répondre »).

La mienne, même si elle était parfaitement sincère, n'était rien de plus qu'une justification personnelle.

Martin Luther King a dit :

« Vous n'êtes peut-être pas responsable de ce qui vous est arrivé, mais vous le serez si vous ne faites rien pour y remédier. »

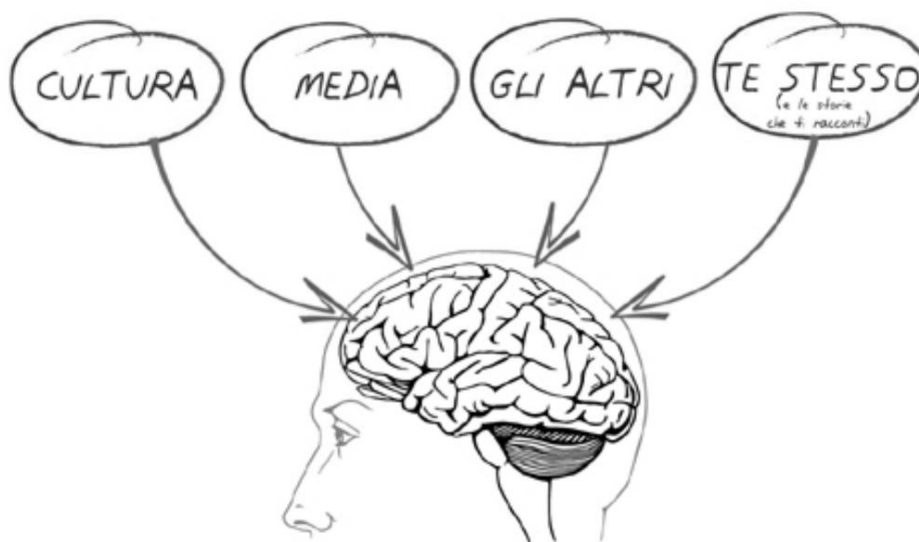
Source de programmation 4 : VOUS-MÊME (et les HISTOIRES que vous vous racontez)

Il s'agit peut-être de la ressource de programmation la plus utile pour vous. Pourquoi ? Parce que, une fois que vous saurez comment faire, c'est ce que nous utiliserons pour vous « reprogrammer » dans le sens de vos désirs.

En revanche, il s'agit également de l'un des mécanismes les plus insidieux d'auto-programmation mentale.

Plus insidieux encore car, plus que les autres, on n'en réalise pas l'existence.

Vous êtes véritablement convaincu et de bonne foi à propos de quelque chose.



Le problème ? Ce « quelque chose » est souvent faux...

C'est exact, vous programmez aussi votre cerveau, vous-même et les histoires que vous vous racontez.

Vous pourriez penser quelque chose comme : « Ce cerveau est vraiment une passoire... »

Je peux toutefois confirmer la bonne nouvelle que je vous ai déjà annoncée : c'est exactement le contraire qui est vrai.

Le cerveau est une machine parfaite : même dans ce cas, il suppose

le meilleur comportement possible dans les plus brefs délais.

Ce n'est pas qu'il ne veuille pas que vous atteigniez vos objectifs, c'est juste que dans ce cas précis, un mécanisme d'autodéfense se déclenche. N'oubliez pas : LE CERVEAU EST UNE MACHINE PARFAITE.

Comment nous programmons notre cerveau : le mécanisme d'autodéfense

Le psychologue américain Elliot Aronson a longuement étudié ce phénomène.

Les résultats de ses études ont confirmé que « le conflit entre deux connaissances opposées produit un état psychologique d' incohérence (dissonance cognitive) ».

L'incohérence (ou dissonance cognitive) est une attitude mentale dans laquelle nous nous trouvons oscillant entre des idées, des humeurs, des croyances et des opinions contradictoires.

Cette affection provoque une gêne psychologique, qui peut aller d' une simple contrariété à une profonde angoisse.

Imaginez un schéma du genre « Je devrais... plutôt... », « Je devrais... plutôt... », qui se répète jour après jour... (adieu la simple contrariété ! J'en suis moi-même angoissée !). C'est à ce moment précis que le cerveau déclenche le mécanisme d'autodéfense : c'est là que l' adaptation entre en jeu.

L'AJUSTEMENT est un mécanisme d' AUTO-DÉFENSE qui utilise l'auto-justification comme outil opérationnel permettant au cerveau de recréer les conditions d'une assonance cognitive et donc d'éliminer les états de malaise psychique.

D'une vague contrariété à une profonde angoisse.

Prenons un exemple. Un enseignant parle à ses élèves de l'importance d'un comportement socialement éthique et respectueux de l'environnement.

L'après-midi, en sortant de son supermarché, il jette un
Du papier par terre.

Un de ses élèves (qui avait assisté au cours le matin) le voit et lui demande des explications.

À ce stade, le cerveau de l'enseignant entrera dans un état d'incohérence (dissonance cognitive).

Cela créera « un conflit entre deux savoirs opposés ».
(« Je sais que je n'aurais pas dû jeter le papier par terre, mais je l'ai fait ») , ce qui va perturber le psychisme de l'enseignant...

Ici, selon la sensibilité de chacun, cette incohérence engendrera un état allant d'une vague contrariété ou d'une gêne à une véritable angoisse.

Mais comme le cerveau est une machine parfaite, il activera un mécanisme de défense (AUTO-JUSTIFICATION) qui procédera à quelques « ajustements » pour recréer les conditions de cohérence.

Dans ce cas, l'enseignant pourrait dire quelque chose comme : « C'est vrai, mais c'est du papier, qui se biodégrade rapidement, et il n'y avait pas de poubelle à proximité, et de toute façon, ce n'était qu'un petit morceau » (ou quelque chose comme ça).

Grâce à cet ajustement, l'enseignant peut enfin pousser un soupir de soulagement.

Ce n'est pas sa faute (« il n'y avait pas de poubelle... et c'est biodégradable de toute façon, oui oui, si ça avait été du plastique, ça aurait été autre chose, mais au final ce n'était qu'un petit morceau de papier, voyons... »).

« Je commence un régime lundi, mais mercredi c'est Noël. »
Paola... il vaut mieux que je le fasse à partir de lundi, allez...

« Je gagne très peu, mais c'est à cause de la crise, c'est comme ça pour tout le monde, que voulez-vous ? »

« Mes relations sont insignifiantes, mais j'ai eu une enfance difficile, et c'est lui/elle qui ne me comprend pas... »

Continu?

Des phrases comme celle-ci ont-elles une signification pour vous ?

Attention, car vous le dites en toute bonne foi, et puisque vous le pensez vraiment, chaque événement que vous « remarquerez » (parmi tous ceux possibles) le confirmera. Exactement comme avec l'expérience des objets noirs dans la pièce.

En clair : cette pensée devient votre réalité...

Le problème, c'est que cela ne vous appartient pas, c'est le fruit de votre auto-programmation mentale .

La même chose m'est arrivée (et ça arrive à tout le monde, tous les jours). Je savais que j'aurais dû terminer le projet, mais pour une raison ou une autre, je ne l'avais pas fait. Pour me protéger, mon cerveau s'est mis en marche, me fournissant une série de justifications, toutes très valables et auxquelles je croyais fermement, mais qui n'étaient que des excuses (j'avoue que si j'avais immédiatement réalisé que c'était de ma faute... j'aurais été angoissée !).

À ces facteurs aggravants s'ajoutent les constantes que
sont le TEMPS et l'ÉMOTION. Vous vous souvenez

comment le cerveau est programmé, n'est-ce pas ?

Exactement, par la répétition et par l'émotion.

Que se passe-t-il si vous ne remarquez pas ce mécanisme ?

Si vous ne prenez pas conscience de ce mécanisme, vous continuerez à vous programmer en vous basant sur des justifications personnelles.

Par la répétition (puisque vous le faites très souvent).

Pour l'émotion (car ces moments, ceux où vous vous justifiez, seront également associés à des moments d'intensité émotionnelle particulière).

Le résultat ? Plus vous vous justifierez, plus ce sera facile et agréable (cela deviendra vite une compétence inconsciente, un programme mental que vous ne remettrez plus jamais en question).

Le problème n'est donc pas seulement que vous faites mal les choses, mais que vous vous ENTRAÎNEZ à mal les faire... et il vous deviendra de plus en plus FACILE de mal les faire.

Faites attention aux histoires

Attention... chaque justification nous paraît très valable et crédible, à tel point qu'elle nous fait penser : « Pour moi, ce n'est pas comme ça, c'est absolument vrai. »

Voulez-vous la vérité ? Je serai terriblement réaliste, même au prix de pour attirer votre colère.

Chaque fois que vous dites
« Je ne peux pas, je ne peux pas le faire, je ne peux pas le faire »... c'est de l'AUTO-JUSTIFICATION (dans 99 % des cas !).

Je sais que c'est difficile à admettre (s'il vous plaît, ne me provoquez pas de dissonance cognitive !), essayez simplement de comprendre calmement cette dynamique et vous verrez, vous la reconnaîtrez dans votre vie.

Un dernier facteur aggravant est que nous finissons par croire non seulement à nos propres justifications, mais aussi à celles des autres.

Le mécanisme est si subtil qu'il entre en jeu dans continuation.

Ça m'arrive encore à moi aussi, tu sais ?

Un jour, je discutais avec mon comptable et, au sujet d'une demande que j'avais faite, il m'a dit que ce n'était pas possible, en me fournissant toute une série de raisons très valables pour étayer son affirmation.

Sur le chemin du retour, JL Marshall m'a appelé et je lui ai raconté l'histoire.

Après m'avoir écouté, il a dit : « Ce n'est pas possible ? Peut-être à cause des plans de votre comptable... »

Il avait raison, je suis retourné voir le comptable, je lui ai reparlé (en lui apportant un nouvel éclairage) et ce que je voulais faire a été réalisé.

Ce mécanisme est si subtil et si vrai pour notre esprit qu'il continue de se produire constamment : évidemment, aujourd'hui je peux le reconnaître plus rapidement, beaucoup plus rapidement (et donc je sais comment changer de cap), mais c'est un mécanisme très puissant et il se produit encore aujourd'hui.

Autres exemples typiques ...

« Mes affaires vont mal, mais il y a une crise. »

« J'ai décidé de me mettre au régime, mais aujourd'hui c'est mercredi et j'ai... »

« Un dîner, je le ferai à partir de demain. »

« Ma relation n'est plus ce qu'elle était, mais vous savez, la passion s'estompe avec le temps. »

« J'ai un grand rêve à réaliser, mais vous savez, le travail, les enfants... »

« Je devrais mieux manger, mais vous savez, mes journées sont toujours chargées, je n'ai pas le temps de préparer des choses saines... »

« Je devrais mieux prendre soin de ma santé, mais vous savez... »

Chaque fois que vous voyez arriver « Monsieur Simà... » (celui qui répond par un MAIS à chaque OUI...), tendez l'oreille et posez-lui au moins des questions.

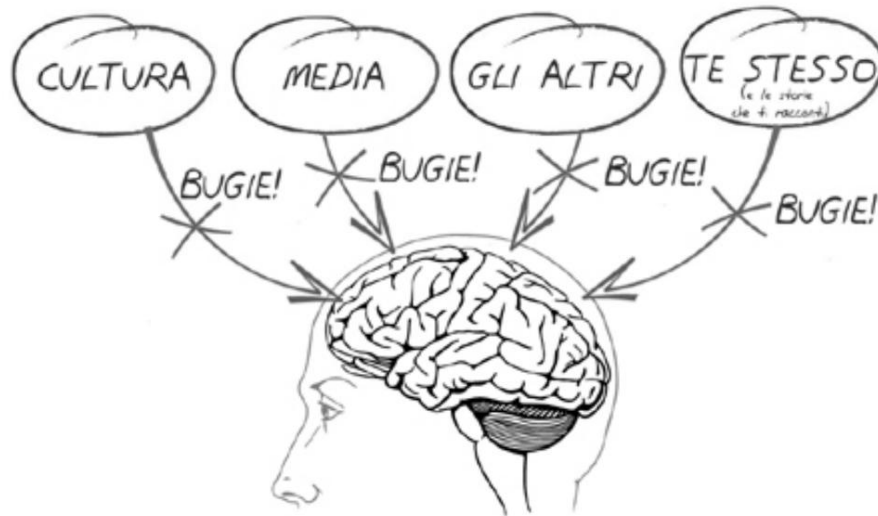
As-tu toujours un plan ou toujours une excuse ?

Dites-vous « Oui » ou « Ce n'est pas mon travail » ?

Avez-vous une solution à chaque problème ou un problème à chaque solution ?

Pensez-vous que « c'est difficile mais réalisable » ou que « c'est réalisable mais trop difficile » ?

Parce que vous savez maintenant quel est le problème, n'est-ce pas ?
Qu'on finisse par y croire vraiment.



PS : Quels sont vos « OUI, MAIS... » aujourd'hui ?

Le problème, c'est que jusqu'à présent, vous avez cru à des mensonges.

Nous avons vu ensemble comment le cerveau est initialement presque dépourvu d'instructions.

Avec le temps, par la répétition ou l'émotion, cela finit par arriver.
programmé.

Nous avons constaté qu'une fois les programmes installés, le cerveau les amène à un état de compétence inconsciente.

Une fois dans cet état, le programme se charge automatiquement et présente toute une série de caractéristiques : il n'est plus remis en question, il renforce l'attention sélective, il s'auto-renforce, se stabilise et s'auto-valide.

Nous avons compris comment le cerveau se programme principalement par le biais de 4 SOURCES et que ces sources ont souvent un pouvoir de distorsion important sur la réalité.

Le cerveau étant une machine parfaite, il possède également des mécanismes de défense : l'un d'eux est l'autojustification, une forme de pensée capable de créer une assonance cognitive et de vous empêcher de vous sentir mal.

Pouvez-vous seulement imaginer ce qui a pu se passer dans votre vie ?

Qui êtes-vous donc ? Qui êtes-vous vraiment ?
Que pensez-vous de votre avenir ?
En résumé : Pourquoi les choses arrivent-elles ?

Pourquoi les choses se produisent :

« L'EFFET PAPILLON »

Ce qui est arrivé à JL était-il dû au hasard ou au fait d'une méthode capable d'utiliser les mêmes mécanismes du cerveau (mais cette fois à son avantage) et capable de littéralement faire en sorte que les choses se produisent ?

Et dans ta vie ? Que se passe-t-il ?

En résumé, à ce stade de nos recherches, nous avons suffisamment creusé et il était temps de répondre à la question importante : pourquoi les choses arrivent-elles ?

Comment créer un « avenir » plutôt qu'un autre ?

Une idée singulière m'est venue en regardant « L'Effet Papillon ». Ce film s'inspire de la célèbre et fascinante « Théorie du Chaos », une étude menée à travers des modèles de physique mathématique qui englobe le concept de forte dépendance aux conditions initiales.

L'idée est que de PETITS changements dans les conditions initiales produisent de GRANDS changements dans le comportement à long terme d'un système (on l'appelait « l'effet papillon » car, selon ces modèles, le moindre battement d'ailes d'un papillon pouvait provoquer un ouragan à l'autre bout du monde).

La théorie du chaos – dont je me souviens encore qu'il s'agit d'une théorie de la physique mathématique – stipule que...

De petites modifications des conditions initiales entraînent de grandes modifications du comportement à long terme d'un système...

À un certain moment du film, le protagoniste découvre qu'il possède un pouvoir très spécial : celui de remonter le temps et de pouvoir changer le cours des événements.

Son intention était de faire en sorte que les choses se produisent différemment de ce qu'il vivait ; changer son passé signifierait changer son avenir et donc sa vie actuelle.

Au cours de ses voyages dans le temps, il découvre qu'il n'existe qu'une seule façon de faire en sorte que les choses se produisent autrement que par le passé.

Essayez d'y réfléchir, si vous aviez ce pouvoir et que vous saviez Comment l'utiliser :

- Quels événements de votre vie aimeriez-vous revivre ?
- Qu'auriez-vous souhaité qu'il se passe à ces moments-là ?
- Quel impact auraient-ils eu sur votre vie ?

Le protagoniste du film fait exactement cela : il entreprend de retracer les moments les plus difficiles de sa vie, de revivre chaque situation marquante qu'il a vécue.

Il découvre ainsi que le seul moyen de faire en sorte que les choses changent n'était autre que (et vous l'avez peut-être déjà compris) de modifier les décisions qu'il avait prises à ce moment-là.

Voici comment il procède :

Il attire l'attention d'une jeune fille et, au lieu de se sentir trop timide pour lui parler comme la première fois, il l'invite cette fois à dîner. Ils se marient (et dès lors, sa vie bascule).

Il se souvient de l'époque où, enfant, il était sur le point d'être maltraité, mais cette fois, au lieu de se taire par honte, il se met à hurler. Dès lors, tout ce qui se passe dans sa vie change. Il se souvient aussi de l'instant où, pour une simple plaisanterie, il était sur le point de commettre une grave erreur qui aurait coûté la vie à des innocents. Mais cette fois, au lieu de se cacher, il décide de crier et de sauver des vies. Et, une fois encore, un avenir nouveau se dessine.

En résumé, le film est très clair : le seul moyen de changer l'avenir était de faire des CHOIX DIFFÉRENTS. À chaque changement de décision, un nouvel avenir se dessine, totalement différent du précédent et souvent avec des conséquences inattendues.

Cette conclusion peut paraître trop simple, mais les considérations qui pourraient en découler sont peut-être encore inimaginables pour vous...

Une fois encore, mais cette fois avec plus d'attention, essayez d'imaginer que vous avez le même pouvoir de remonter le temps, de retracer les événements de votre vie et de repenser les décisions que vous avez prises.

Quels événements de votre vie aimeriez-vous revivre ?

Quels choix changeriez-vous à ce moment-là ?

Que se serait-il passé si j'avais pris d'autres décisions ?

Oui, il est très important que vous vous posiez ces questions : ainsi, vous comprendrez que des décisions différentes auraient pu radicalement changer votre destin.

Je suis également prêt à parier que, lorsque vous repensez à vos « décisions de changement », les principales choses qui vous viennent à l'esprit sont les événements majeurs de votre vie : mariages, choix de carrière, peut-être cette fois où vous avez décidé de vous engager dans cette relation...

En réalité, il est bon que vous sachiez que ce n'est pas seulement là que vous avez véritablement façonné votre destin.

Ou plutôt : c'est certainement là que cela s'est produit aussi, mais souvent, dans ces moments-là, vos choix étaient très difficiles, dans de nombreux cas presque forcés.

Pour tout dire : le jour du mariage, il était difficile de dire non.

Il aurait été plus simple de ne pas l'inviter à dîner la première fois, vous ne croyez pas ?

Ou encore, lorsqu'on est chez le notaire pour créer l'entreprise, il est difficile de faire marche arrière.

Peut-être aurait-il été plus simple d'éviter d'impliquer votre ami dans cette affaire.

En résumé : plus que les grandes décisions, ce sont souvent les petites qui constituent le tournant de votre destin . Celles auxquelles on réfléchit peu, celles où l'on agit par instinct.

Revenons à l'effet papillon.

Comme je vous l'ai dit précédemment, le film s'inspire de la célèbre et fascinante théorie du chaos, une étude à travers des modèles de physique mathématique qui incarne le concept de forte dépendance aux conditions initiales.

De petites modifications des conditions initiales entraînent de grandes modifications du comportement à long terme d'un système.

Maintenant, au cas où vous n'auriez pas vu le film, je vais vous révéler un élément que je ne vous ai jamais mentionné auparavant... En effet, le protagoniste, en revivant son passé et en modifiant les décisions qu'il a prises à ces moments-là, tente de résoudre les problèmes qui le tourmentent dans le présent.

Et dans un certain sens, cela réussit, mais... en même temps cela donne lieu à des futurs et des destins totalement nouveaux et inattendus .

Des destins qui, à son retour à son « présent », signifient que sa vie est totalement transformée.

En pratique, son présent, celui de départ, n'était plus ce qu'il reconnaissait, ce n'était plus ce à quoi il s'attendait.

Pourquoi cela se produit-il ?

Pour la même raison que de petits changements de 1 degré dans la trajectoire d'un navire suffisent à le faire arriver, au terme de son voyage, à des endroits totalement différents, très éloignés les uns des autres.

À chaque instant où nous prenons des décisions, même (voire surtout) des décisions mineures, apparemment insignifiantes, nous accomplissons quelque chose de bien plus puissant que nous ne pourrions jamais l'imaginer : nous choisissons l'un des futurs potentiels infinis déjà disponibles.

L'élément source

C'est comme un carrefour qui se présente à chaque instant et où nous décidons où aller.

Chaque petite décision que nous prenons façonne des avenir totalement différents. Chaque petit

choix agit comme un sélecteur parmi une infinité d'avenirs possibles, déjà disponibles à chaque instant. Même maintenant. Parlons des petites décisions que nous prenons à chaque instant (et je vous expliquerai comment cela fonctionne).

En revanche, les grandes décisions, celles qui vous mettent en difficulté, surviennent souvent parce que vous n'avez pas pris beaucoup de petites décisions au préalable (ou que vous les avez prises dans la direction opposée à celle que vous souhaitiez prendre).

En bref : les petites décisions sont « l'ÉLÉMENT ORIGINAL ».

Bon, je sais que vous vous demandez maintenant : « Oui, mais quand j'ai pris ma décision, je ne pouvais pas savoir où ce choix me mènerait. C'est pour ça qu'il faut de la chance ! J'ai choisi comme ça, instinctivement, en pensant à ce qui me semblait juste à ce moment-là. »

Ou encore : « Oui, mais mes décisions sont parfois "imposées" par les événements, je n'ai pas le choix. Je DEVAIS faire comme ça. »

Ou encore : « Oui, mais ce sont des petites décisions, on n'y réfléchit pas trop, on les prend, c'est tout. »

Oui, des considérations intéressantes et sans aucun doute vraies, d'autant plus que de nombreuses décisions sont prises sur un coup de tête (« Allez, je suis presque tenté de l'inviter à dîner »).

Ou encore : « Oh non, je ne peux pas l'inviter à dîner »...

Ou peut-être rapidement (« Non, je n'achète pas ce livre » ; « Oui, je vais lui envoyer un SMS tout de suite »).

Mais le point commun à toutes les décisions est que , pratiquement toutes, elles sont prises sans avoir une vision claire de tous les éléments nécessaires à la prise de décision.

En bref : vous ne décidez jamais de traiter et d'évaluer 40 millions de bits d'information (que votre cerveau pourrait traiter) mais... seulement 50 bits, vous vous souvenez ?

Et vous savez maintenant comment s'appelle ce mécanisme, n'est-ce pas ?

ATTENTION SÉLECTIVE.

Et qu'est-ce qui déclenche l'attention sélective ?

Exactement : issu d'un PROGRAMME MENTAL.

Il est donc légitime de poser une question. Une question vraiment importante.

Qui

prend les décisions dans votre vie ?

Dans tous ces petits moments qui ont représenté les tournants de votre vie (ceux qui ont précédé et accompagné les mariages, les décisions professionnelles, etc.)... QUI a décidé ?

Au cas où cela n'aurait pas été suffisamment clair pour vous, voici quelques découvertes récentes en neurosciences qui peuvent nous aider.

Plusieurs expériences utilisant du matériel de cartographie cérébrale et surveillant les zones du cerveau qui entrent en jeu lors de l'exécution de différentes actions ont montré que la plupart de nos décisions ne sont pas prises à un niveau rationnel mais à un niveau inconscient.

Sais-tu ce que cela signifie ?

Cela signifie que lorsque vous réfléchissez à la décision...

La plupart du temps, vous ne faites en réalité que verbaliser un choix que vous avez déjà fait...

Oui, nous prenons des décisions de manière inconsciente, puis nous les « justifions » de manière rationnelle.

Évidemment, si le choix a été fait à un niveau inconscient, où des programmes mentaux entrent en jeu, la question initiale « QUI a décidé ? »... prend une toute autre dimension concrète, n'est-ce pas ?

Qui donc a pris les décisions à tous ces moments charnières de votre vie ?

Mais surtout : QUI décide et décidera désormais à tous les carrefours qui se présenteront à vous ?

Attention, car ceci est important : nous avons constaté qu'aller à l'encontre de ses schémas mentaux est extrêmement difficile.

Nous avons constaté que vos choix sont faits de manière inconsciente et nous pouvons en déduire que vos PROGRAMMES MENTAUX jouent un rôle très important en INFLUENCEANT sur vos décisions.

Mais si cela est vrai, et si vous comprenez bien l'effet de levier sur les décisions (« de petites variations d'un degré dans la trajectoire d'un navire font qu'il arrive, au terme du voyage, à des endroits totalement différents »...), alors il va de soi que des schémas mentaux ont influencé vos choix à chaque instant.

Votre vie a un impact sur eux aujourd'hui et aura un impact considérable sur eux à partir d'aujourd'hui et pour le restant de vos jours.

Vous pensiez que ces choix vous appartenaient ... mais en réalité, ils ne vous appartenaient pas entièrement...

Vous pensez que les choix que vous faites aujourd'hui vous appartiennent... mais en réalité, ils ne vous appartiennent pas entièrement...

Vous pensez peut-être avoir une idée des situations auxquelles vous serez confronté, penser d'une certaine manière, faire vos choix pour une bonne raison... mais tout cela ne vous appartiendra jamais entièrement.

Comme vous le découvrirez bientôt, le pouvoir de faire bouger les choses réside dans la connaissance de ces mécanismes et dans la capacité de les utiliser à votre avantage.

Voici comment le cerveau influence la réalité

Nous venons de voir comment votre cerveau fonctionne selon des programmes mentaux.

Nous avons constaté jusqu'à présent que votre programmation mentale influence vos décisions, vos choix, l'idée que vous avez de vous-même et du monde qui vous entoure.

Le problème, c'est que cette programmation mentale a été en grande partie créée à partir d'informations déformées.

Toutefois, il s'agissait d'informations qui ont joué un rôle décisif dans vos CHOIX et qui avaient le pouvoir d' INFLUENCER considérablement votre vie.

Cela vous a sans doute déjà donné une idée assez claire du fonctionnement de l'esprit.

Cependant, pour pouvoir « mettre la main dessus » et modifier votre programmation, vous devez franchir une autre étape.

Vous devez examiner en détail comment les « résultats » se créent dans votre vie.

Autrement dit : à partir du programme, comment parvient-on à un résultat ?

Comment le cerveau influence-t-il la réalité de manière aussi concrète, tangible et mesurable ?

Voyons cela au ralenti.

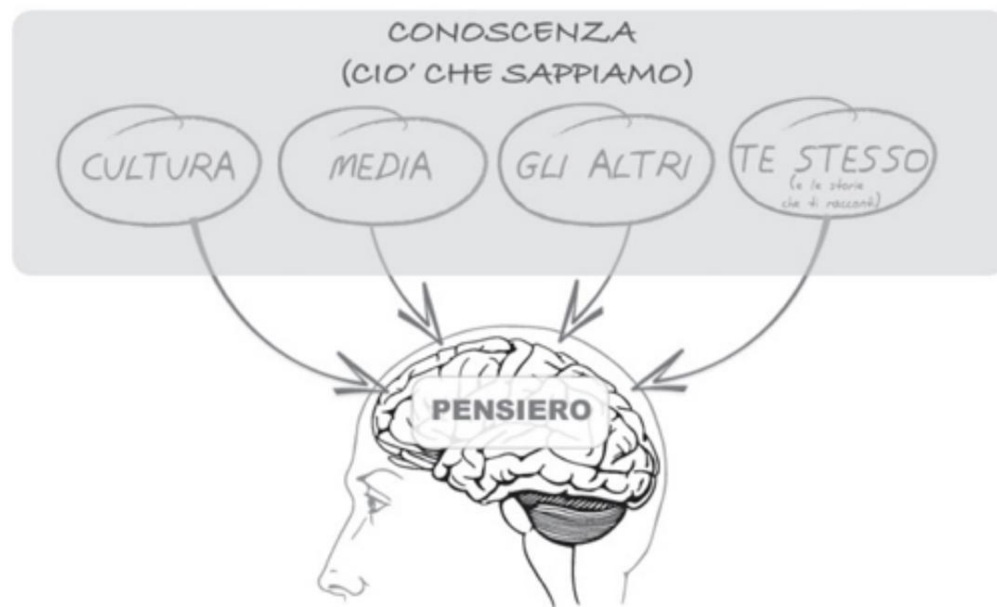
Comment passer d'un programme mental à un résultat ? ...

Vous savez que les Américains, en fonction de leur perception de l'événement de Pearl Harbor (programme mental), ont changé d'avis, décidant de se ranger du côté de l'entrée en guerre de l'Amérique (résultat).

Comment ce processus s'est-il déroulé si on l'analyse au ralenti ?

Comment passe-t-on du conditionnement mental engendré par l'affaire de « Pearl Harbor » au résultat « VOTE POUR LA GUERRE » ?

Tout commence par une seule chose : L'ENSEMBLE DES CONNAISSANCES QUE VOUS POSSÉDEZ À VOTRE DISPOSITION.



Comme vous l'avez vu précédemment, ce que vous « savez » (ici, savoir signifie quelque chose qui va au-delà de votre connaissance rationnelle)

correspond à vos programmes mentaux, recueillis à partir de QUATRE SOURCES PRINCIPALES : la culture, les médias, les autres et vous-même.

D'accord, mais quel processus permet de passer de ces programmes au résultat obtenu ?

Voici comment le cerveau influence la réalité :

1. Les programmes mentaux façonnent une PENSÉE.

Une idée, une pensée qui vous vient à l'esprit (et que vous croyez être votre pensée)...

Dans le cas de Pearl Harbor : « Les Japonais ont commis un acte terrible ! C'est inacceptable ! »

2. La pensée génère un état émotionnel. C'est-à-dire, comment vous ressentez en lien avec cette pensée.

Dans le cas de Pearl Harbor : « Je suis indigné ! Je suis furieux ! Ces pauvres compatriotes ont été attaqués sans raison ! »

3. L'état émotionnel provoque une DÉCISION. Il vous suggère, sous forme d'idée, une petite voix... la bonne décision à prendre.

Concernant Pearl Harbor : « Oui, je dois absolument voter pour la guerre, c'est la seule décision possible ! Je dois leur faire payer. D'un autre côté, qui s'y risque ! Ils l'ont bien cherché. Oui, je ne suis pas pour la guerre, mais dans ce cas précis, c'est tout à fait justifié. C'est l'exception, oui ! »

4. La décision qui vient d'être prise entraîne le développement d'une ACTION.

Toute action est précédée d'une décision (la décision d'effectuer cette action).

Concernant Pearl Harbor : « Cette fois, je ne m'abstiens pas ! Cette fois, je vais voter, je me lève demain matin, je vais aux urnes et je vote pour la guerre. »

5. L'action qui vient d'être entreprise se transforme en RÉSULTAT.

Le résultat est la conséquence naturelle de l'action qui vient d'être entreprise.

Dans le cas de Pearl Harbor : « Je vote pour entrer en guerre (mais seulement dans ce cas-ci !) ».

PENSÉE – ÉTAT – DÉCISION – ACTION – RÉSULTAT

De toute évidence, le résultat contribue alors à l'enrichissement des connaissances (dans ce cas, grâce à un nouvel élément dans la quatrième source de programmation, « vous-même et les histoires que vous vous racontez »).

Comme dans un cycle.

Un EXEMPLE de la façon dont les horaires s'« ajoutent » les uns aux autres ?

Avez-vous déjà pris l'avion ?

Avant le 11 septembre 2001 :

« Oui, ça ne me dérange pas qu'ils me contrôlent avant que je monte dans l'avion : c'est vrai que je renonce à une partie de ma liberté, mais je me sens plus en sécurité » : J'ACCEPTÉ.

Après le 11 septembre 2001 :

« Oui, ça ne me dérange pas de perdre une demi-heure à chaque escale pour m'enregistrer, enlever mes chaussures et ma ceinture, vider mes bagages liquides, montrer ma valise à des inconnus et passer sous un détecteur de métaux (potentiellement radioactif, même si je suis enceinte)... c'est pour ma sécurité. Il y a tellement de criminels armés jusqu'aux dents ! »

J'ACCEPTÉ.

Vous comprenez comment ça fonctionne ? Votre cerveau a jugé la seconde option « acceptable » uniquement grâce à la première.

Nous prenons des décisions en fonction de ce que nous savons.

Le problème, c'est que nous ignorons ce que nous ignorons, car cela est enfoui, profondément enfoui dans notre inconscient, au niveau des programmes mentaux, difficile à reconnaître et à contrer, mais surtout, jamais remis en question.



Le cycle de création de la réalité : comment le cerveau influence vos résultats.

Comment créez-vous votre réalité ?

Attention, nous parlons ici de réalité tangible, concrète et mesurable .

Réfléchissez-y :

combien de ces cycles vivez-vous chaque jour ?

Infini.

Chaque fois que vous faites quelque chose.

Qu'il s'agisse simplement d'aller prendre un café ou d'atteindre ou non des résultats personnels ou professionnels importants.

Mais comment, ne serait-ce que pour aller chercher un café ?

Bien sûr, si vous étiez en Angleterre, vous iriez prendre le thé !

PROGRAMMATION CULTURELLE : En Angleterre, on boit du thé.

PENSÉE : J'ai envie de prendre un verre.

ÉTAT : Désir.

DÉCISION : Maintenant, je me lève et j'ouvre le réfrigérateur.

ACTION : Je me lève, j'ouvre le frigo et je me prépare du thé.

RÉSULTAT : Je bois du thé.

Bien sûr, vous vivez des cycles de ce genre des milliers de fois par jour, sans même vous en rendre compte.

En fait : maintenant que vous les connaissez, je vous invite à les remarquer et à en prendre note.

Si vous étiez né en Tunisie, l'idée de vendre davantage vous plairait probablement.

Si vous étiez né aux États-Unis, vous joueriez au basket-ball ou au baseball au lieu du football (PROGRAMMATION CULTURELLE).

PENSÉE : VENDRE.

ÉTAT : PLAISIR.

DÉCISION... ACTION... RÉSULTAT.

Si votre entreprise ne se porte pas bien, mais que vous avez de nombreux exemples de personnes qui ont réussi, vous pourriez y arriver plus facilement vous aussi (MÉDIAS DE MASSE).

PENSÉE : Je peux le faire.

STATUT : Productif.

DÉCISION : Je trouve un moyen d'augmenter les profits.

ACTION... RÉSULTAT.

Si vous étiez timide mais que votre groupe d'amis était plein de farceurs, ou si vous étiez latino, vous ne seriez probablement plus timide et vous prendriez ce que vous méritez (CULTURE - AUTRES).

PENSÉE : J'aimerais connaître cette personne.

STATUT : Autonomisation.

DÉCISION : Maintenant, je vous demande quel est votre nom.

ACTION... RÉSULTAT.

Et si votre relation ne se déroule pas comme elle le devrait, mais que votre conditionnement vous a dit que ce n'est pas vrai, qu'après la lune de miel, le miel disparaît... alors vous reprendriez les choses en main... et, par l'expérimentation, la communication et les ajustements... vous feriez en sorte que ça marche.

RÉFLEXION : En amour, le miel dure toute une vie.

ÉTAT... DÉCISION... ACTION... RÉSULTAT.

Considérez maintenant chaque étape de ce cycle : PENSÉE, ÉTAT, DÉCISION, ACTION, RÉSULTAT.

Oui, je pense que tout cela est maintenant très compréhensible pour vous.

Et si c'était moi qui étais malade ?

Ou une de ces choses qui semblent n'avoir rien à voir avec vous ? (J'ai bien dit « semblent »)

Peut-être que les schémas mentaux influencent tellement votre vie que, dans certains cas, il s'agit même d'une question de vie ou de mort ?

Je ne souhaite pas ouvrir ce grand chapitre ici, mais, même dans ce cas précis, il est toujours bon de garder l'esprit ouvert et de regarder autour de soi.

En 1974, le Dr Clifton Meador annonça à son patient Sam Londe que sa maladie, un cancer de l'œsophage, serait probablement mortelle.

Sam est décédé quelques semaines plus tard.

Le problème ? L'autopsie a révélé une surprise aux médecins : la tumeur était petite, trop petite pour avoir tué Sam.

Le Dr Meador a déclaré à Discovery Health Channel : « Il est mort avec un cancer, mais pas du cancer. »

Des décennies plus tard, cet épisode hantait encore le Dr. Meador qui a déclaré¹⁰ :

«Je pensais qu'il avait un cancer.»

Il pensait avoir un cancer.

Tout le monde autour de lui pensait qu'il avait un cancer...

Peut-être ai-je, d'une manière ou d'une autre, anéanti tout espoir...

Et si c'était peut-être l'identité de « malade », cette simple pensée que Sam avait acquise (programmation externe effectuée par une source faisant autorité) qui l'avait tué ?

Il est inutile de parler ici des messages électriques et biochimiques émis par le cerveau en fonction des états et des programmes insérés ; cela nécessiterait un livre entier.

Le plus important est de comprendre ce qui se passe et, surtout, de comprendre à quel point la programmation mentale est puissante au niveau de l'identité .

Le plus important à comprendre, c'est que chaque pensée (dont vous savez maintenant qu'elle est le résultat d'une programmation) crée une réalité bien plus concrète que vous ne pouvez l'imaginer et que, je vous l'assure, vous commencez à peine à entrevoir.

N'oubliez pas la programmation au niveau IDENTITÉ (cela sera crucial pour vous plus tard).

Utilisez-vous vos connaissances ou sont-elles utilisées par vous ?

Nous avons dit que tout commence par ce que vous savez.

Mais ce que vous savez est stocké au niveau inconscient ; c'est là que se prennent les décisions, vous vous souvenez ? Et c'est fortement influencé par les quatre sources de programmation.

Nous avons donc affirmé que les sources de programmation constituent notre savoir. Dès lors, une question se pose : utilisez-vous ce savoir, ou est-ce le savoir qui vous utilise ?

Êtes-vous celui qui utilise les informations à sa disposition pour obtenir le meilleur résultat possible dans les plus brefs délais, ou bien... ces informations (c'est-à-dire vos connaissances) vous mènent-elles là où ils veulent que vous alliez ?

Jusqu'à présent, cela s'est probablement passé ainsi la plupart du temps : ce sont ces informations (ce que vous savez) qui vous ont conduit là où vous êtes aujourd'hui.

Et si tout ce que vous savez était faux ?

Et si tout ce que vous savez était faux ?

Un jour, Carl Sagan, l'un des astrophysiciens les plus célèbres du XXe siècle, eut l'occasion d'interviewer le dalaï-lama. Les bouddhistes tibétains croient en la réincarnation, et lorsque Carl Sagan lui demanda ce qu'il ferait s'il pouvait prouver scientifiquement l'impossibilité de la réincarnation, le dalaï-lama sourit et répondit :

« Je serais stupéfait et fasciné, et j'irais immédiatement voir mon peuple pour lui dire que nous nous sommes trompés pendant tant d'années. »

Le dalaï-lama resta silencieux quelques instants. Puis il demanda :

« Comment va-t-il le prouver ? »

Sagan fut tellement impressionné par l'ouverture d'esprit du dalaï-lama qu'il décida de ne pas répondre.

Les moines tibétains pratiquent un exercice qui les aide à remettre quotidiennement leurs idées en question.

La plupart des gens, cependant, craignent l'idée de remettre en question

leurs vérités personnelles.

Le problème ?

Je continue d'obtenir les mêmes résultats.

L'esprit a tendance à faire les choses correctement.

Nous préférons souvent avoir raison plutôt qu'être heureux.

Nous préférons souvent avoir raison plutôt qu'être libres.

Notre cerveau nous dit qu'il existe une bonne façon de faire les choses , et si nous croyons à cette programmation sans jamais remettre en question nos vérités personnelles, nous continuerons à reproduire les mêmes erreurs et à obtenir les mêmes résultats encore et encore.

Nous nous retrouverons à revivre sans cesse la même vieille histoire.

Einstein a dit :

« La réalité est une illusion, certes persistante. »

Il est bon de rappeler ici, une fois de plus, que ce que nous voyons n'existe pas réellement, mais est le résultat de notre perception de ce qui s'est passé.

Mais oui, sollicitons à nouveau l'aide d'Albert Einstein :

«Nous n'observons pas la nature telle qu'elle existe réellement, mais la nature exposée à nos méthodes de perception.»

Alors, ce que nous voyons est-il réel ? C'est très réel, oui. Mais seulement dans notre esprit.

Mais l'esprit est appelé ESPRIT... parce qu'il ment.

Un concept si important qu'il a également suscité des réflexions approfondies de la part d'Osho, le mystique contemporain controversé qui a consacré sa vie à l'éveil des consciences.

Essayez d'y réfléchir : et si tout ce que vous savez, toutes les pensées qui vous ont accompagné jusqu'ici sur le chemin de votre vie,

Réflexions, doutes... ..et
si tout cela était faux ?

Mais voici la bonne nouvelle

Vous avez désormais compris que vous êtes le résultat de vos programmes mentaux et que ces programmes ont souvent été insérés de manière aléatoire dans votre cerveau (et en tout cas sans votre consentement).

Nous avons parlé du cerveau, des programmes mentaux et de leurs mécanismes controversés et insidieux, nous avons dit que l'esprit s'appelle ESPRIT... parce qu'il ment, nous avons dit que les choix ne sont pas les vôtres mais les leurs (vos programmes mentaux), nous nous sommes mis en garde.

Mais il y a une bonne nouvelle (« Enfin Italo ! » pourriez-vous penser).

En réalité, ce mécanisme n'est ni bon ni mauvais en soi ; on peut même utiliser ce même mécanisme cérébral pour produire des programmes mentaux qui vont dans le sens de vos objectifs.

Vous pouvez vous reprogrammer, oui, mais cette fois pas au hasard.

Heureusement, le cerveau (oui, c'est une machine vraiment parfaite) possède la capacité biologique de réorganiser son contenu (c'est-à-dire d'éliminer les anciennes synapses et d'en créer de nouvelles).

Cela signifie que :

Toute synapse (programme mental) est biologiquement réversible : ce phénomène est connu sous le nom de « plasticité neuronale » (neuroplasticité).

La définition technique indique que la neuroplasticité est « la capacité du système nerveux à modifier l'intensité de

Les relations interneuronales (synapses) peuvent se modifier, en créer de nouvelles et en éliminer certaines. Cette propriété permet au système nerveux de modifier sa structure et sa fonction.

Et ce, à tout âge (sauf si vous pensez qu'après un certain âge, cela n'est plus possible, auquel cas ce programme vous limiterait considérablement).

Nous avons parlé du langage, de l'écriture, comme d'un des programmes qui s'installent en nous dès les premières années de notre vie, vous vous souvenez ?

Synapses simples au début (composées de lettres) : A, B, C, etc.
Complexe subséquent (formé par l'interaction entre les lettres) : AIUOLA, aiuola.

En parlant de neuroplasticité, j'ai trouvé cet exemple sur Internet qui donne une bonne idée, lisez ci-dessous :

5cri77ur4 f1gura71v4

QUE570 M3554GGIO 53RV3 A PROV4R3 CH3 L4
7U4 M3N73 PUÒ F4R3 C053 57RAORDIN4RI3!
C053 5B4LORD171V3!

4LL'1N1Z10 3' 57470 D1FF1C1L3, M4 OR4, 4
QU3574 R1G4, L4 7U4 M3N73 ST4 L3GG3NDO
4U70M4T1C4M3N73 53NZ4 N3MM3NO P3N-
S4RC1. CONGR47UL4Z10N1, 5OLO POCH1 C1
R135CONO!

C'est exact : vous avez réussi à lire même si ce texte n'était pas parfaitement conforme à vos schémas de pensée.

Et je parie que les dernières lignes étaient plus faciles que les premières.

Fascinant, n'est-ce pas ?

.....
Oui, quels qu'ils soient,

Le cerveau est capable de réorganiser son contenu. Il est capable de créer de nouveaux programmes mentaux. En termes techniques, cette caractéristique est appelée neuroplasticité.

La bonne nouvelle est donc la suivante : vous pouvez REPROGRAMMER votre cerveau.

Mais cette fois, pas par hasard : cette fois, dans le sens de vos rêves, de vos objectifs, de vos désirs, de vos aspirations.

Je vous invite donc à y réfléchir.

Quels programmes souhaiteriez-vous suivre ?

Que souhaitez-vous faire ?

Que souhaitez-vous accomplir ?

Qui aimerais-tu devenir ?

La bonne nouvelle, c'est que vous êtes sur le point de découvrir comment faire tout cela de manière simple et naturelle ... et qui fonctionne.

Et la raison pour laquelle cela fonctionne, c'est que la méthode que je vais vous décrire utilise les mêmes mécanismes du cerveau, des mécanismes que vous découvrez vous aussi, page après page.

Maintenant, grâce à l'ensemble des décisions et des plans qui vous ont amené jusqu'ici, je peux vous dire que vous n'êtes plus qu'à quelques pas de découvrir comment REPROGRAMMER votre esprit.

Il ne reste vraiment plus grand-chose...

Ce n'était pas un hasard : c'est pourquoi ça a vraiment fonctionné...

C'est pourquoi la méthode que JL avait pressenti a fonctionné.

Parce qu'elle représentait la synthèse ultime de toutes mes études. Elle avait la capacité d'agir à la source et de reprogrammer littéralement le système.

Le cerveau précisément à cause de la façon dont il se programme lui-même, mais cette fois pas par hasard... .. mais en fonction des

programmes que vous décidez d'installer, en fonction de vos objectifs, de vos rêves, de vos aspirations.

Dans ce chapitre, vous avez vu comment le cerveau influence la réalité, mais vous avez vu comment il le fait de manière mécaniste (un terme qui souligne la nature mécanique de quelque chose).

Bien sûr, si la méthode fonctionnait à ce niveau, il était clair pourquoi JL pouvait vendre un appartement plus facilement, pourquoi il pouvait perdre du poids plus facilement.

Mais vous vous posez certainement une question (du moins, je l'espère) : • Pourquoi JL a-t-il vendu

non seulement un appartement, mais aussi le penthouse, celui qui rapportait le plus ? Un simple coup de chance ? • Pourquoi le fils de JL s'est-il non seulement senti plus sûr de lui, mais a-t-il

aussi indéniablement remarqué le changement lorsqu'il a dit à son père : « Papa, on me dit que je suis beau... » ? Encore un coup de chance ?

Oui, j'ai aussi appris à me poser des questions difficiles...

La raison en est que la méthode de JL – nous l'avons découvert plus tard en l'analysant... – avait la capacité d'agir à un autre niveau, un niveau qui va au-delà du niveau mécaniste (déjà très puissant, comme vous venez de le voir).

Une compétence qui, une fois acquise (et il a fallu du temps pour la maîtriser), est presque capable de « plier » la réalité. C'est précisément ce dont je parlais au début du livre, et si je vous avais expliqué son fonctionnement avant de semer la graine de cette possibilité, cela vous aurait paru incroyable .

Mais vous n'y croirez plus après avoir lu le chapitre suivant, la dernière pièce du puzzle qui vous permettra enfin de libérer tout le potentiel caché de votre cerveau.

Le chapitre intitulé : « La science de l'impossible ».

Voici un choix à faire.

ATTENTION : Vous êtes sur le point de déclencher quelque chose.

Vous vous souvenez du pouvoir que vos décisions peuvent avoir sur votre vie, n'est-ce pas ?

En particulier : vous souvenez-vous du pouvoir des petites décisions sur votre réalité ?

Attention, vous êtes sur le point de déclencher quelque chose d'important car vous vous trouvez à un carrefour crucial.

Maintenant, juste sous vos yeux.

Première petite décision possible.

J'ai décidé de ne pas continuer à lire ce livre.

Fermez-le, tout simplement. Ce n'est qu'une petite décision, après tout, n'est-ce pas ?

Puis vous le rangeriez quelque part et reprendriez le cours de votre vie, comme avant.

Quel effet cela fait-il de revivre sans cesse la même histoire ?

Deuxième petite décision possible.

Continuez à lire le livre que vous avez entre les mains, gardez l'esprit ouvert, mettez-le en pratique, répondez aux questions par écrit et donnez-vous l'opportunité de faire de nouvelles découvertes et de découvrir comment vous aussi pouvez changer le cours des événements...

Alors, où allez-vous à ce carrefour ?

Que décidez-vous ?

Que faites-vous pour que les choses se produisent ?

Selon votre petite décision , des avenir complètement différents se dessineront à partir de cet instant précis.

Vous êtes sur le point de choisir l'un des futurs possibles, infinis, déjà présents en ce moment et prêts à être choisis.

De petites modifications des conditions initiales entraînent de grandes modifications du comportement à long terme d'un système...

Le choix vous appartient.

Notes et questions

– Revenons à la première question du chapitre précédent : QUI ÊTES-VOUS ?

Maintenant que vous connaissez les sources du programme, êtes-vous sûr d'être vraiment comme ça ? Pouvez-vous même en douter ?

– Concernant vos caractéristiques : où les avez-vous apprises ? Imitiez-vous quelqu'un ? Sont-elles typiques de votre culture ? Vous ont-elles été suggérées par certains médias ? Ou autre chose ?

Réfléchissez-y : vous est-il déjà arrivé d'adopter certains comportements de votre mère ou de votre père ? Réfléchissez-y maintenant : lesquels ?

– Repensez à un choix que vous avez fait par le passé : maintenant que vous comprenez le fonctionnement du cerveau, À QUI APPARTENAIT CE CHOIX ? (Était-ce vraiment le vôtre ou était-ce typique de votre culture, suggéré par les médias, imité ou suggéré par d'autres, influencé par des justifications et des histoires que vous vous êtes racontées ?)

– Cycle de création de la réalité : PENSÉE – ÉTAT – DÉCISION – ACTION – RÉSULTAT.

Rappelez-vous un événement précis :

Si j'avais pensé différemment (et donc fait un choix différent), que se serait-il passé à chaque étape du cycle ?

-
-
- Quel problème aimeriez-vous résoudre aujourd'hui, ou quel objectif ou rêve aimeriez-vous réaliser ? Mais surtout, que pensez-vous de ce problème/objectif/rêve ?

D'où vous vient cette idée de problème, d'objectif ou de rêve ? (CULTURE, MÉDIAS, AUTRES, VOUS-MÊME)

-
-
- Êtes-vous maintenant conscient que la plupart des choix que vous avez faits et des pensées que vous avez eues (et que vous avez encore) ont été au moins fortement influencés par vos schémas de pensée ?

-
-
- Savez-vous maintenant que le cerveau est doté de neuroplasticité et que, par conséquent, si vous le souhaitez, vous pouvez REMPLACER ces programmes ?

-
-
- Si vous pouviez vous réécrire : quelles caractéristiques auriez-vous ? Comment vous sentiriez-vous face à ce problème que vous devez résoudre ou à cet objectif/rêve que vous devez atteindre ?
-
-

- Quelles idées, connaissances ou réflexions importantes avez-vous tirées de la lecture de ce chapitre ?

Pourquoi les choses arrivent Comment le cerveau influence la réalité CE QU'IL FAUT RETENIR

- Les 4 principales sources de programmation de notre cerveau sont : la CULTURE, les MÉDIAS DE MASSE, les AUTRES, NOUS-MÊMES et les HISTOIRES QUE NOUS NOUS RACONTONS : chacune de ces sources a contribué à créer notre façon de penser, d'être, nos idées et notre perception de « qui nous sommes ».
- Le problème est que jusqu'à présent, nous avons cru à des MENSONGES , compris comme le sentiment qu'il s'agissait de nos idées, de nos pensées, de nos choix, alors qu'ils étaient au contraire, à tout le moins, fortement influencés par les sources de programmation.
- Machine parfaite, le cerveau est également doté de mécanismes d'autodéfense. L'un des plus insidieux est l'autojustification, un mécanisme révélé par la pensée « OUI, MAIS... » qui tend à ramener le cerveau à un état d'harmonie cognitive et à prévenir l'apparition d'états allant de la gêne à l'angoisse.

Bien qu'il s'agisse d'un mécanisme créé à des fins nobles (se défendre), l'autojustification nous offre une vision déformée de la réalité : le problème n'est pas seulement qu'elle nous prive de pouvoir, nous empêchant d'atteindre les résultats escomptés, mais aussi que, si elle n'est pas reconnue et déconstruite, elle continue de nous auto-programmer par la justification (par la répétition et l'émotion). Résultat : plus nous y avons recours, plus cela devient facile et efficace.

- Pourquoi les choses se produisent : de petites variations dans les conditions initiales produisent de grandes variations dans le comportement à long terme du système (« l'effet papillon », « théorie du chaos »).
- L'origine des résultats réside dans les petites décisions, celles que nous prenons chaque jour, souvent rapidement, instinctivement : de chaque petite décision se dessine un avenir totalement nouveau.

Puisque la plupart de nos décisions sont prises inconsciemment (là où résident nos programmes mentaux), et que lorsque nous réfléchissons à un choix, nous ne faisons en réalité que verbaliser une décision déjà prise, il en résulte qu'à ces moments-là, nous ne prenons pas de véritables décisions, mais nos PROGRAMMES MENTAUX. La source de nos résultats se trouve donc dans nos programmes mentaux (qui donnent naissance aux pensées, aux idées et aux choix).

- Nous prenons des décisions en fonction de ce que nous savons (notre savoir, fruit des instructions que nous avons accumulées) ; le problème est que nous ignorons ce que nous ignorons car les programmes mentaux, une fois installés, fonctionnent automatiquement et, résidant au niveau de la compétence inconsciente, ne sont pas remis en question et ne nécessitent pas notre vigilance.

La capacité d'agir réside dans la connaissance de ces mécanismes et dans l'aptitude à les utiliser à son avantage : « Rendez l'inconscient conscient, sinon il guidera votre vie et vous l'appellerez votre destin » (Carl Gustav Jung). Utilisez-vous vos connaissances ou sont-elles à votre service ?

Qui vous utilise ? Êtes-vous l'effet d'une cause ou la cause d'un effet ?

- Comment le cerveau influence la réalité : sur un plan mécaniste, les programmes mentaux sont transformés en pensées et de là en résultats tangibles grâce au schéma PENSÉE - ÉTAT - DÉCISION - ACTION - RÉSULTAT (schéma de création de la réalité).

La bonne nouvelle, c'est que le cerveau est doté de NEUROPLASTICITÉ : c'est-à-dire la capacité neurologique de réorganiser son contenu en créant de nouveaux programmes mentaux pour remplacer les anciens.

- Le choix crucial : chaque fois que nous prenons une petite décision, nous agissons plus que nous ne le pensons. À cet instant précis, nous choisissons l'un des futurs potentiels infinis qui existent déjà à chaque instant (de petites variations dans les conditions initiales entraînent de grandes variations dans le comportement à long terme d'un système).

Le pouvoir du cerveau quantique

HISTOIRES DE VIE

J'ai suivi le cours à Rome et je suis rentré à Pescara très satisfait car j'avais appris une méthode très simple, mais surtout rapide, pour conditionner mon subconscient, quelque chose que j'avais toujours cherché dans les quelque 400 livres que j'avais lus et que je n'avais jamais trouvé.

[...] J'ai reçu un appel d'un géomètre pour lequel j'avais travaillé il y a de nombreuses années. Il m'a expliqué qu'il avait créé sa propre entreprise et qu'il était débordé de travail dans mon secteur. Un jour, par hasard, il s'était souvenu de moi. [...] Il m'a immédiatement proposé deux gros chantiers et un troisième, à commencer dans environ quatre mois. [...] Je précise que je n'avais pas revu cette personne depuis plusieurs années.

[...] À ma grande surprise, j'ai reçu une lettre de la banque m'informant que j'avais accumulé 23 000 € sur un compte d'épargne retraite que j'avais ouvert en 1998 et que j'avais complètement oublié. On m'indiquait également que je pouvais obtenir une avance de 75 % de cette somme si elle était justifiée par des travaux sur ma première maison ou par des soins médicaux. Par un heureux hasard, je faisais justement des travaux sur ma première maison à ce moment-là.

Dans le même temps, une autre banque a accepté un prêt hypothécaire d'une société que je possède avec un ami (ce qu'elle n'accepte actuellement de personne, mais nous voulions tout de même tenter le coup), et j'ai dû emprunter une somme importante à cette société, que j'ai intégralement prise. [...]

La méthode fonctionne assurément car j'avais déjà ressenti cette somme de coïncidences positives en moi avant même qu'elles ne se produisent et elles me conduisent vers la situation que j'avais imaginée en visualisant l'exercice [...].

Le plus beau dans tout ça, c'est que maintenant je n'entends plus toutes ces voix intérieures qui m'inquiétaient et qu'à leur place, j'entends des voix qui annoncent le succès.

ROBERTO Z.

² [http://www.ilsole24ore.com/art/notizie/2014-06-23/da-cava-tirreni-silicon-Le-parti Valley Party a récolté 600 millions de dollars](http://www.ilsole24ore.com/art/notizie/2014-06-23/da-cava-tirreni-silicon-Le-parti-Valley-Party-a-récolté-600-millions-de-dollars)

³ Voir Marco Pizzuti, Révélations non autorisées ; Robert B. Stinnet, Le Jour de tromperie.

⁴ Documents publics et discours de Franklin D. Roosevelt, Macmillan.

⁵ it.wikipedia.org/wiki/Freedom_of_Information_Act

⁶ Voir Marco Pizzuti, Révélations non autorisées ; Recueil de cas sur l'alternative 3, p. 26.

⁷ http://www.iene.mediaset.it/puntate/2014/03/26/viviani-alimentazione-e-tumori_8468.shtml

⁸ http://www.corriere.it/scienze/13_dicembre_10/schekman-le-principali-riviste-scientifiche-danneggiano-scienza-554ac088-61b7-11e3-9835-2b4fbc116d9.shtml

⁹ « Voir Joe Dispensa, Change the Habit of Being Yourself ; Pascual-Leone, A modulation des réponses musculaires évoquées par la stimulation magnétique transcrânienne lors de l'acquisition de nouvelles compétences motrices fines, Journal of Neurophysiology, vol. 74.

¹⁰ Santé : méfiez-vous des prophéties autoréalisatrices négatives (« The Seattle Times ») ; http://seattletimes.com/html/health/2004101546_fearofdying02.html

4

La science de l'impossible : plus rien ne sera jamais comme avant

«Les miracles ne se produisent
pas en contradiction avec la nature,
mais seulement en relation avec ce que nous en savons.»

SAINT AUGUSTIN

Au début du XIXe siècle, au service d'obstétrique de l'hôpital de Vienne, il y avait un médecin que l'on pouvait décrire comme « capable de faire des miracles ».

Mais pas par tout le monde. Seulement par ses patients.

Ses collègues, en revanche, le considéraient comme « un visionnaire fou » (on entend rarement ce genre d'histoires, mais c'est une autre histoire).

Il s'appelle Ignaz Semmelweis. J'ai également écrit à son sujet dans mon premier livre, « Créez la vie que vous voulez », mais c'est une histoire tellement importante que je voulais en parler ici aussi.

Essayez de remonter le temps et d'imaginer, de vous mettre à la place de l'époque : à cette époque, on mourait encore de ce qu'on appelait la « fièvre post-partum », la fièvre qui frappait les jeunes mères après avoir accouché.

Essayez de vous replonger dans l'atmosphère du début du XIXe siècle. À cette époque, c'était la norme : accoucher comporte un risque de mourir de fièvre post-partum, on n'y peut rien – c'était ainsi, même la littérature scientifique le confirmait.

Plutôt que de considérer le fait que les nouvelles mères risquaient la mort comme une « règle », comme un programme prédéfini... eh bien, plutôt que de « croire » tout cela

Le docteur Semmelweis décida de remettre cela en question et commença à se demander pourquoi cela se produisait.

Maintenant que nous connaissons les sources de la programmation, nous pouvons affirmer que le Dr Semmelweis n'a pas cédé à la programmation culturelle et médiatique, même si celle-ci était très autorisée (en l'occurrence, la littérature scientifique).

Il n'a même pas cédé à la pression des « autres » (la totalité, ou du moins la grande majorité, des scientifiques de l'époque). Au lieu de cela, il a choisi de se poser cette question essentielle : mais est-ce vraiment le cas, et n'y a-t-il rien à faire ?

Il avait également remarqué quelque chose de particulier : les femmes des classes pauvres, qui étaient aidées à accoucher par des sages-femmes (obstétriciennes modernes), mouraient moins que les femmes des classes riches (qui, elles, étaient aidées à accoucher par des gynécologues).

Cette observation l'a amené à se demander s'il s'agissait d'une coïncidence ou s'il existait un lien entre les choses, une petite variation initiale qui déterminait ce grand effet (vous vous souvenez comment ça marche, n'est-ce pas ?).

Il commença donc à remarquer les différences et, entre autres, il constata que tandis que les sages-femmes entraient dans la salle d'accouchement vêtues de blouses propres, les médecins arrivaient souvent avec leurs blouses déjà tachées de sang.

Non seulement personne ne l'a remarqué, mais les médecins de l'époque étaient même fiers d'avoir du sang sur leurs blouses de laboratoire : ils passaient sans problème de la morgue à la salle d'accouchement, portant avec eux les marques visibles de leur travail et de leurs recherches.

Bien qu'il n'en fût pas certain, le docteur Semmelweis commença à penser que cela pourrait d'une manière ou d'une autre contribuer à résoudre l'énigme.

Il a donc commencé lui-même à se laver les mains, à changer de blouse et à suivre des règles d'hygiène plus strictes avant d'entrer dans la salle d'accouchement.

Le résultat ?

Le pourcentage de ses patientes ayant développé une fièvre post-partum a diminué de manière significative.

À ce moment-là, c'était terminé.

Semmelweis, rempli de joie, avait trouvé la solution !

À ce moment-là, il diffusa les résultats de son expérience et tenta par tous les moyens de convaincre ses collègues d'au moins essayer de suivre des règles d'hygiène plus rigoureuses, afin qu'ils puissent vérifier par eux-mêmes l'efficacité de ses propos.

Mais... en échange de ses efforts, il fut ridiculisé et accusé de défendre des concepts absurdes et dépourvus de validité scientifique.

Cela paraît absurde aujourd'hui, n'est-ce pas ?

Le problème, c'est qu'à l'époque, personne ne savait que les germes existaient.

Ce n'est qu'à la fin de ce même siècle, lorsque Louis Pasteur les découvrit et démontra leur existence, que les médecins furent contraints de suivre des normes d'hygiène plus strictes.

Le fait que les patients du Dr Semmelweis aient vu leur état s'améliorer n'était donc pas un miracle, mais un phénomène encore inconnu à l'époque.

Je pense toujours aux hommes préhistoriques : « Un jour, nous volerons comme les oiseaux... » Qui sait quelle aurait été la réaction d'un homme ou d'une femme à cette époque ? Mais je sais avec certitude quelle aurait été leur réaction s'ils avaient vu un avion en vol : « Un miracle ! »

À ce moment-là, il n'aurait pas su qu'il ne s'agissait pas d'un miracle, mais plutôt d'un phénomène obéissant à des règles physiques précises.

Comme l'a dit saint Augustin :

« Les miracles ne se produisent pas en contradiction avec la nature, mais seulement en relation avec elle. »

que nous le sachions.

La question pertinente à se poser est donc : que savons-nous de la nature ?

Les deux trous qui ont littéralement rendu les scientifiques fous

L'une des expériences qui a littéralement rendu les scientifiques fous est ce qu'on appelle « l'expérience des fentes de Young ».

Réalisée pour la première fois en 1801 par le physicien britannique Thomas Young, elle a été répétée à plusieurs reprises au fil du temps avec des instruments de plus en plus précis et exacts (dans sa version moderne en 1967 à l'Université de Tübingen, en 1974 à Bologne, puis en 2003 et en 2012 au Centre viennois des sciences et technologies quantiques).

Ce qui nous intéresse ici, ce ne sont pas les détails de l'expérience, mais ses implications qui, si elles étaient étendues à la vie quotidienne, pourraient représenter quelque chose de véritablement extraordinaire (au sens d'inhabituel).

Pour comprendre comment une expérience de laboratoire peut avoir un impact aussi important sur votre vie, vous devez d'abord savoir comment la matière (tout ce qui nous entoure) se comporte dans certaines situations spécifiques.

1. COMMENT SE COMPORTE LA MATIÈRE.

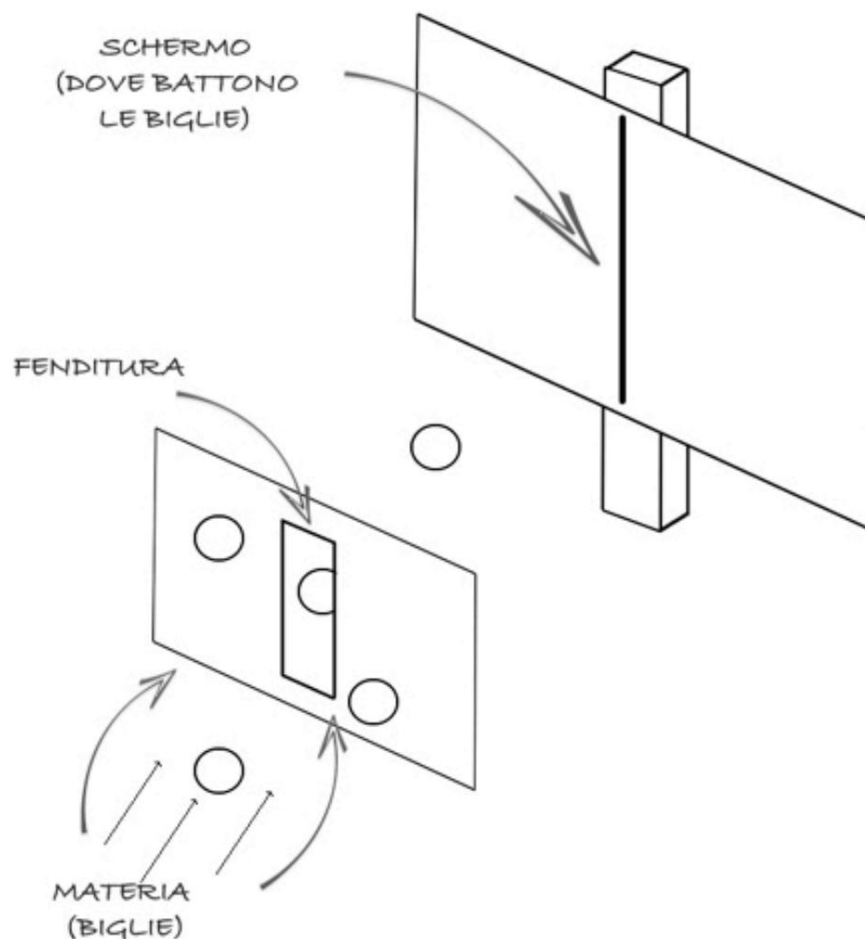
Prenons un solide quelconque, par exemple des billes.

Si l'on commence à tirer des billes sur un écran comme dans un jeu, mais que l'on prend soin de placer une barrière avec une fente (ouverture) au centre entre l'endroit où l'on se trouve et l'écran, on remarquera que la plupart des billes entreront en collision avec la barrière et n'iront pas de l'autre côté.

Mais nous remarquerons également que certaines billes parviendront à passer par cette ouverture et à atteindre l'écran situé de l'autre côté, où elles s'écrasent contre lui.

Et nous remarquerons également qu'en frappant cet écran à plusieurs reprises, ces billes laisseront une empreinte sur l'écran lui-même, une trace de leur impact.

Ce sera beaucoup plus clair pour vous si vous regardez le dessin suivant :



Comment la matière se comporte lorsqu'elle passe à travers une fente.

Examinez-le attentivement.

Comme la fente est verticale, sur l'écran de l'autre côté, vous verrez que toutes les billes qui sont passées à travers celle-ci sont restées.

frappé avec la même forme que la fente placée au milieu de la barrière.

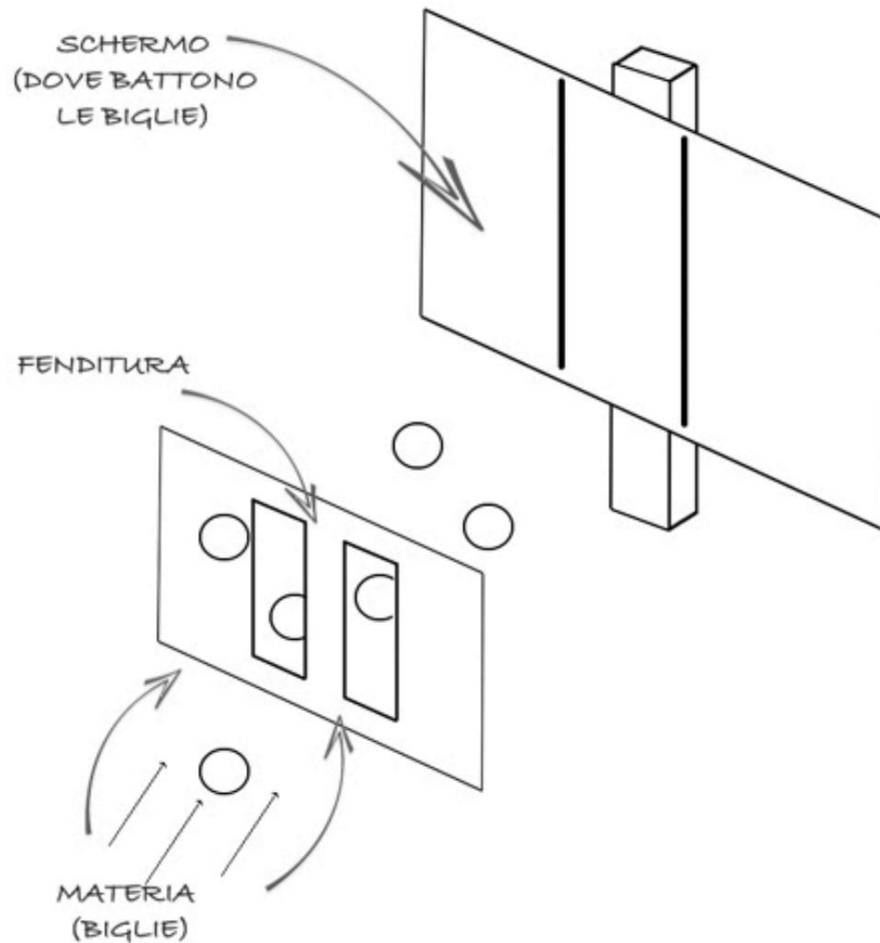
En bref : vous voyez qu'il y a une ligne verticale sur l'écran, qui a été créée exactement au niveau de la fente dans la barrière.

C'est clair comme de l'eau de roche, n'est-ce pas ?

2. MATIÈRE : QUE SE PASSE-T-IL SI NOUS AJOUTONS UN DEUXIÈME EMPLACEMENT ?

Que se passe-t-il si l'on ajoute une deuxième fente dans la barrière qui nous sépare de l'écran ?

Dans ce cas précis, vous remarquerez évidemment à l'écran non pas une, mais deux lignes, correspondant exactement aux deux fentes (les deux seuls points par lesquels les billes peuvent passer).



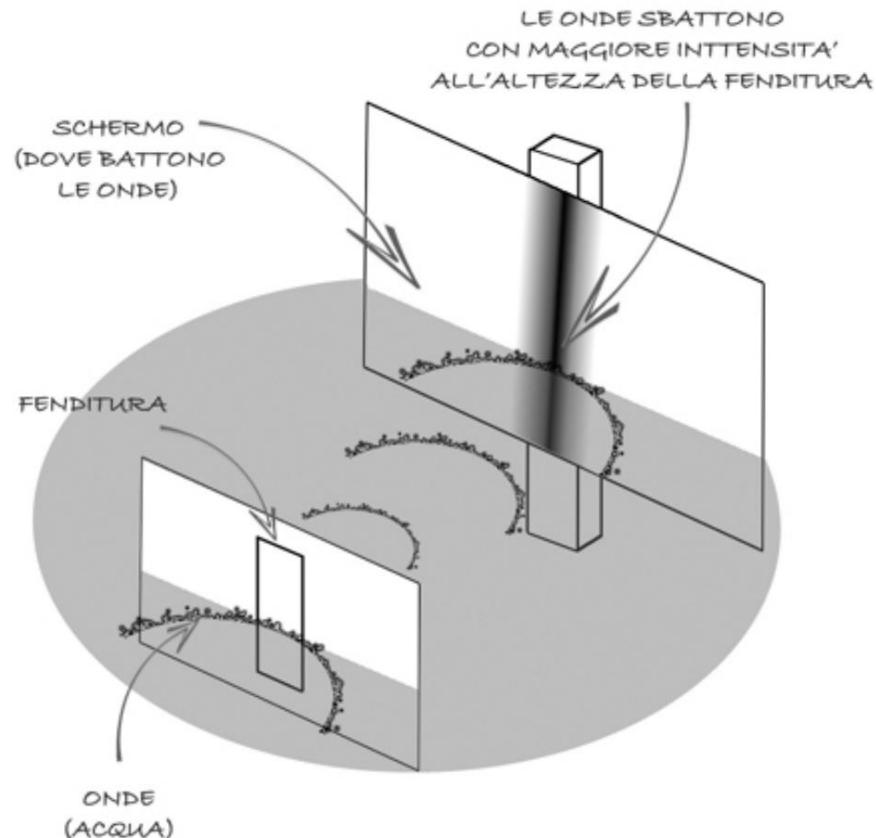
Comment la matière se comporte lorsqu'elle passe à travers deux fentes.

Jusque-là, tout est simple, n'est-ce pas ?

Essayons maintenant de changer quelque chose ; au lieu de la matière (par exemple des billes), voyons ce qui se passe avec les ondes.

3. COMMENT LES ONDES SE COMPORTENT À TRAVERS UNE FENTE.

Imaginons que l'on immerge tout dans une baignoire remplie d'eau et que l'on crée des vagues (comme on le fait avec sa main dans une piscine ou à la plage).



Comment les ondes se comportent au contact d'une fente.

Dans ce cas, les ondes frappent la barrière et traversent la fente de manière radiale, atteignant l'écran avec une plus grande intensité directement à la hauteur de la fente, tandis qu'elles sont toujours moins intenses sur les bords de l'écran.

L'écran placé au-delà de la barrière percée d'une fente permet de bien visualiser cette intensité (notez la couleur plus foncée au centre, près de la fente).

Le motif obtenu est très similaire à celui des billes, avec une grande ligne unique au centre : la différence est que cette ligne est ensuite estompée sur les côtés, car elle est moins intense là où la vague frappe avec moins de force, sur les bords de l'écran.

Essayons maintenant, comme nous l'avons fait dans l'expérience avec les billes, d'ajouter une deuxième fente dans ce cas également, et de répéter l'expérience avec les ondes.

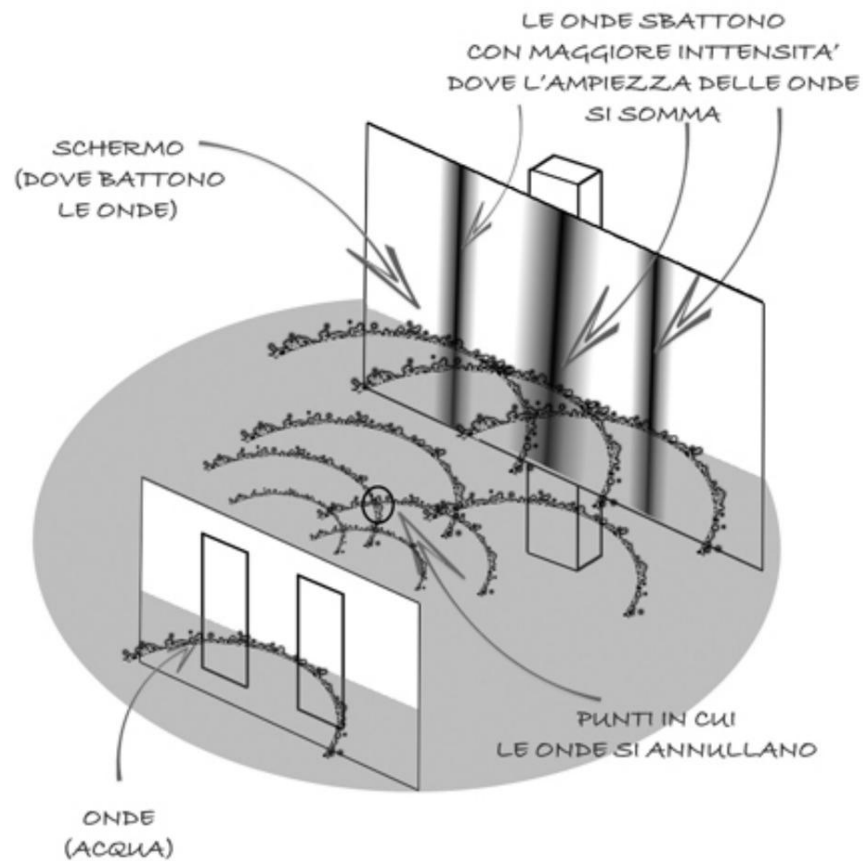
Voyons voir ce qui se passe.

4. COMMENT LES ONDES SE COMPORTENT AVEC DEUX FENTES.

Lorsque l'on ajoute une deuxième fente et que l'on projette des « ondes » sur l'écran, il se passe quelque chose de TRÈS différent de ce que nous avons observé avec les billes.

Vous vous souvenez ? Les billes avaient créé deux lignes verticales sur l'écran, exactement près des deux fentes.

Dans ce cas précis, regardez plutôt le dessin :



Comportement des ondes avec deux fentes.

Observez ce qui se passe :

- Aux points où la crête d'une vague rencontre la partie la plus basse de l'autre vague, les vagues s'annulent mutuellement.

- Aux points de rencontre des deux crêtes de la vague, l'intensité augmente.

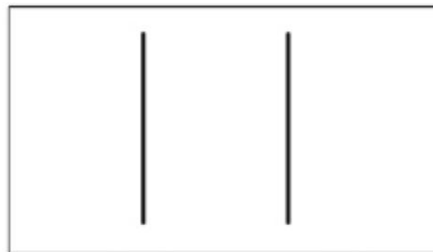
Dans ce cas, l'écran mettra donc en évidence non pas deux lignes, comme dans le cas des billes, mais de nombreuses lignes d'intensité différente.

Vous remarquerez une plus grande intensité aux points où les crêtes des vagues se sont croisées, et une intensité moindre (ou nulle) aux points où elles se sont annulées.

Le résultat sera l'apparition de plusieurs lignes « intenses » qui s'estompent, plutôt que de deux lignes comme dans le cas des billes.

Avant de poursuivre, faisons un bref récapitulatif. J'ai essayé d'être aussi clair que possible ; toutefois, si vous n'avez pas encore bien saisi le mécanisme, ne vous inquiétez pas : voici un bref récapitulatif des points essentiels à comprendre pour le moment.

- a) Lorsque nous projetons de la « matière » à travers une barrière comportant deux fentes, nous obtenons ceci à l'écran :



C'est-à-dire deux bandes bien définies, comme dans le cas des billes ci-dessus.

- b) Lorsque nous faisons passer des ondes à travers une barrière comportant deux fentes, sur l'écran

nous obtenons ceci :



C'est-à-dire des lignes d'interférence, des bandes « floues », avec une plus grande intensité au centre des bandes elles-mêmes (aux points où les ondes s'additionnent).

Jusqu'à présent, vous avez compris comment la matière se comporte et comment les ondes se comportent .

Comment se comporteront de minuscules particules de matière ?

À ce stade, les scientifiques, qui ne cessent de se poser des questions, se sont demandés comment de minuscules particules de matière se comporteraient si elles étaient projetées à travers nos célèbres fentes.

Pour comprendre cela, ils ont choisi de projeter des électrons, c'est-à-dire de très petits morceaux de matière (un peu comme s'il s'agissait de très petites billes).

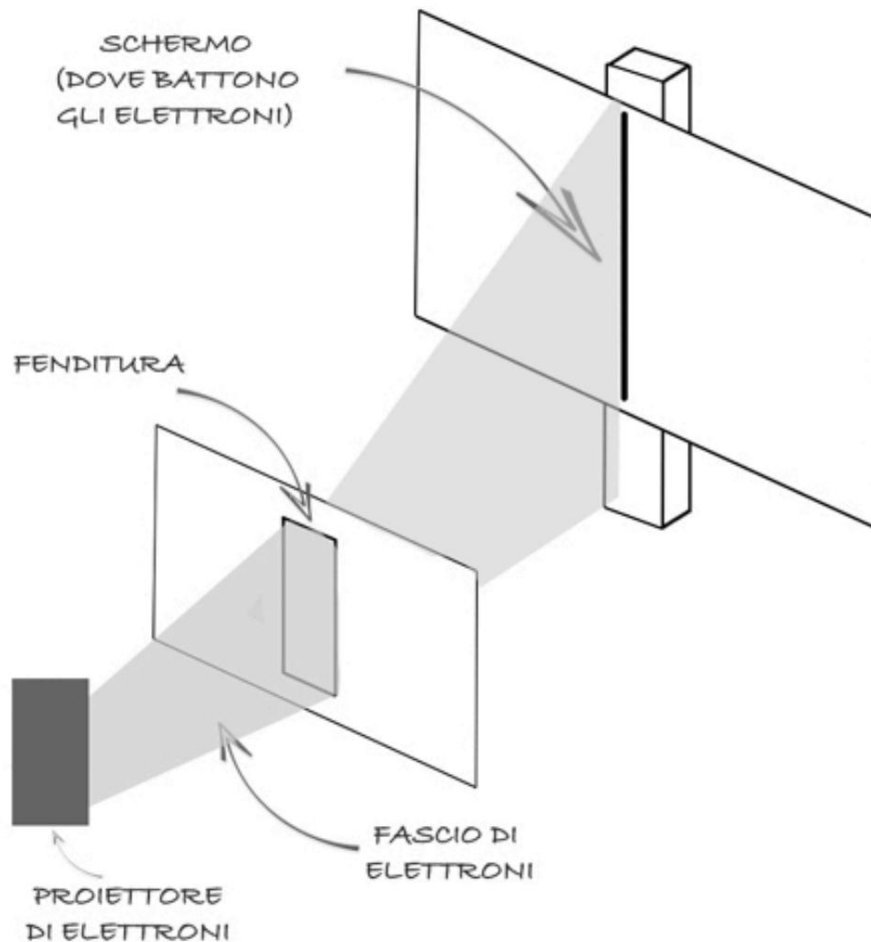
Donc:

ILS ONT D'ABORD DÉCIDÉ DE PROVOQUER UN FAISCEAU D'ÉLECTRONS (MATIÈRE TRÈS PETITE) À TRAVERS UNE SEULE FENTE.

Si je tire de toutes petites billes sur un mur qui n'a qu'UNE SEULE fente, vous savez déjà ce qui se passe, n'est-ce pas ?

C'est exact : en fait, en faisant passer un faisceau d'électrons (de petits morceaux de matière) à travers une SEULE fente , c'est exactement ce que cela donne.

succès:



Comment de petits morceaux de matière se comportent à travers une fente.

Comme vous pouvez le constater sur le dessin, le résultat est une seule bande verticale, tout comme dans le cas du marbre, comme vous pouviez vous y attendre.

Il s'agit de matière, même infime, donc on ne pouvait rien attendre d'autre.

Tout est normal.

Mais ce n'est pas tout.

En effet...

LES PHYSICIENS ONT ALORS DÉCIDÉ DE TIRER LE MÊME FAISCEAU DE
DES ÉLECTRONS (MATIÈRE), MAIS CETTE FOIS À TRAVERS UNE BARRIÈRE AVEC

DEUX TRANCHES.

Vous savez déjà comment ça va se terminer, n'est-ce pas ?

Souviens-toi de ce qui s'est passé quand tu as tiré des billes à travers deux fentes ?

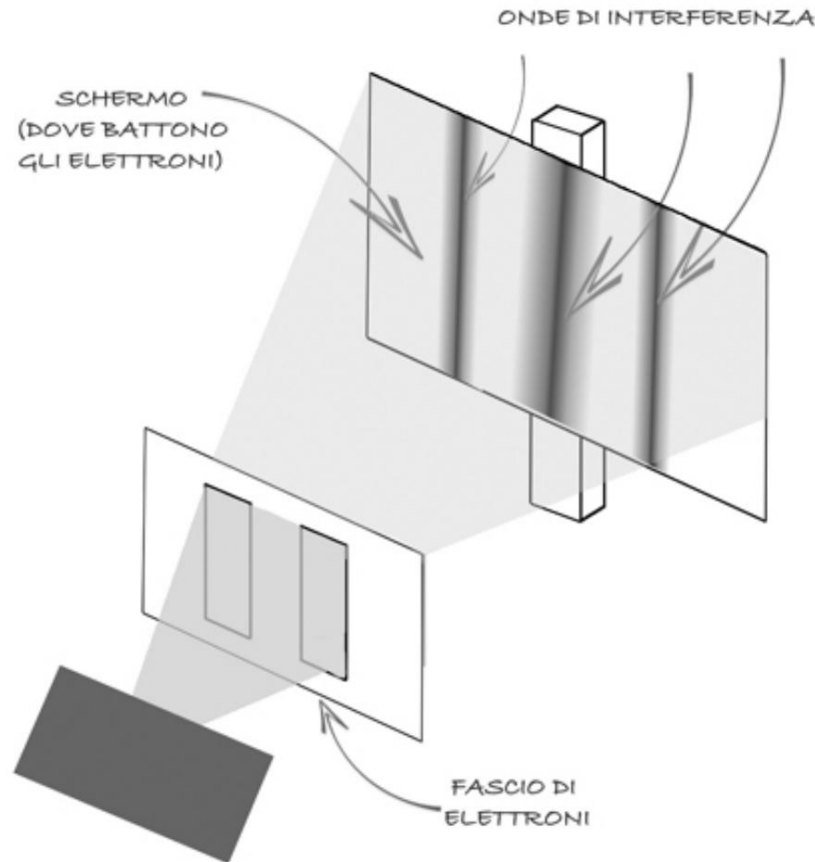
Que se passera-t-il si vous tirez de très petites billes à travers deux fentes ?

On peut imaginer que la même chose se produise.

En bref : comme il s'agissait également de matière projetée à travers deux fentes, les physiciens s'attendaient à voir apparaître deux bandes verticales sur l'écran (comme avec des billes).

Mais parfois, la réalité est plus complexe et fascinante que nous ne pouvons l'imaginer.

En réalité, voici ce qui s'est passé :



Comment de petits morceaux de matière se comportent à travers deux fentes.

Comment comment comment ???

J'ai déjà vu ce résultat, mais c'est typique des WAVES, peu importe !

Alors, quel est le problème ? a) Si je fais

passer de petits morceaux de matière (électrons) à travers une barrière à fente unique, j'obtiens un motif à une seule bande (tout comme la matière, à juste titre, est comme elle devrait être).

Mais...

b) Si je tire les mêmes petits morceaux de matière (électrons) à travers une barrière avec deux fentes, alors j'obtiens une figure d'interférence, tout comme dans le cas des ondes !

Mais comment ?

Comment de minuscules morceaux de matière peuvent-ils créer une figure d'interférence et se comporter comme des ondes ?

Ça n'a aucun sens !

À ce stade, il y a déjà un gros problème à résoudre.

Mais ce n'était rien comparé à ce qu'ils allaient découvrir très bientôt.

Voici ce qui a rendu les physiciens complètement fous (le meilleur était

encore à venir)

Les physiciens n'ont pas pu trouver d'explication à cet étrange phénomène.

De petits morceaux de matière qui passent par une seule fente se comportent comme de la matière, mais s'ils passent par deux fentes, ils se comportent comme des ondes.

Comment cela a-t-il été possible ?

Ah, vous me pardonnerez si j'idéalise un peu les choses. conte.

Gardez bien à l'esprit que les résultats dont je vous parle sont absolument réels ; cependant, j'essaie de rendre la lecture un peu plus facile pour vous.

Je disais donc qu'après cette première « surprise », nos amis physiciens ne se sont évidemment pas contentés d'accepter la réalité telle quelle. Au contraire, ils ont cherché à expliquer ce phénomène. Un élément leur a échappé : une analyse plus approfondie était nécessaire.

Ils ont alors pensé que peut-être les électrons, en entrant en collision les uns avec les autres, rebondissaient les uns sur les autres, créant un effet ondulatoire.

Idée intéressante ! Il fallait la tester.

Pour ce faire, ils ont décidé de ne pas envoyer un faisceau d'électrons, mais un seul électron à la fois.

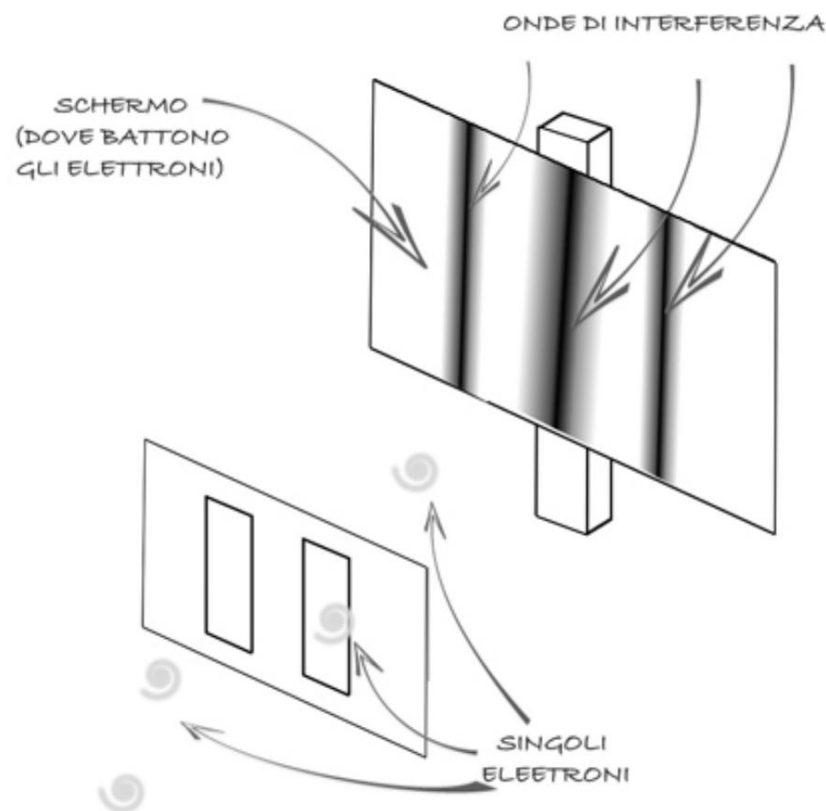
De cette manière, ils seraient sûrs qu'il ne pourrait y avoir ni collision, ni interférence entre les électrons.

La conséquence, à savoir le passage des électrons un par un à travers la barrière grâce aux deux fentes, aurait été évidente.

Puisque l'électron est de la matière, avec une probabilité de 50 %, il serait passé tour à tour par l'une ou l'autre des fentes, revenant pour générer 2 lignes nettes sur l'écran, tout comme cela se produirait si vous tiriez une seule bille à plusieurs reprises vers une barrière comportant deux fentes.

Les physiciens ont alors commencé à lancer les électrons un par un, comme s'ils lançaient de petites billes une par une.

Et, au bout d'un certain temps, ils ont obtenu ce résultat :



Comment se comportent de petits morceaux de matière lorsqu'ils passent à travers deux fentes.

Aïe ! Ce n'est pas bon !

Encore des interférences !

C'était impossible !

Les physiciens étaient stupéfaits par ce qu'ils voyaient !

Quoi qu'il en soit, face à ce problème, nos amis physiciens ont cherché un modèle théorique susceptible de correspondre à la réalité qu'ils observaient.

Après diverses études et analyses approfondies de cette question épineuse, ils semblaient enfin avoir entre les mains quelque chose de valable.

Voici ce qui, aussi étrange que cela puisse paraître, a mis en évidence ce phénomène :

L'électron isolé apparaît alors comme une particule de matière (une petite bille). Avant d'atteindre la barrière, il se transforme, pour une raison inconnue, en « ondes de potentiel ».

- Donc traverse les deux fissures

EN MÊME TEMPS.

- Enfin, elle interfère avec elle-même en se reconvertissant à partir d'une onde à particule.

Si cela paraissait déjà étrange (du moins pour nous, simples mortels !), mathématiquement, c'était encore plus incroyable.

En fait, si cette hypothèse avait été vraie, cela aurait signifié que l'électron est passé par les deux fentes SIMULTANÉMENT !

En fait : cela aurait signifié qu'il n'en avait franchi qu'un seul... mais en même temps qu'il n'avait franchi que l'autre !

En bref : après avoir rassemblé toutes les hypothèses et les preuves, le résultat fut quelque chose de définissable en un seul mot :

IMPOSSIBLE.

Mais nos physiciens ne se sont certainement pas arrêtés à ces « petites » difficultés !

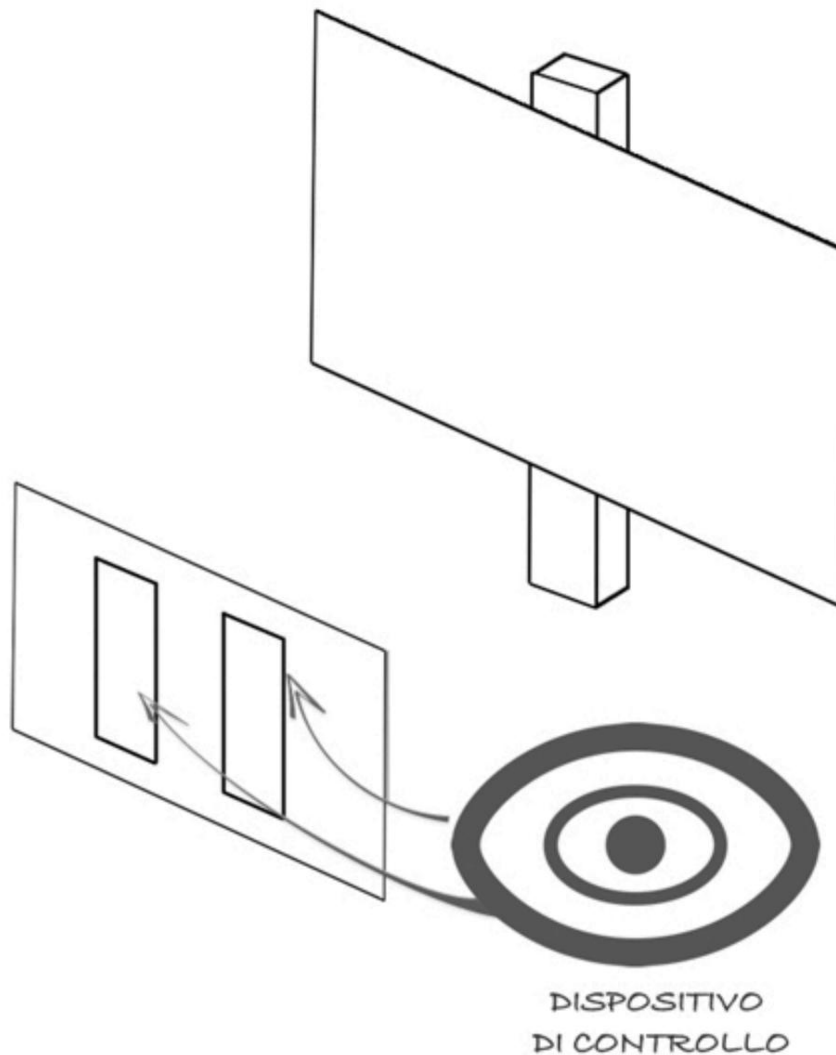
Alors, tentant une nouvelle fois de trouver une solution, ils décidèrent d'installer un appareil

mesure près des deux fentes.

Un dispositif qui leur permettrait de comprendre par quelle fente chaque électron individuel est passé.

« Comme ça, on va le tromper ! » pensèrent-ils !

Ils ont donc créé quelque chose comme ceci :



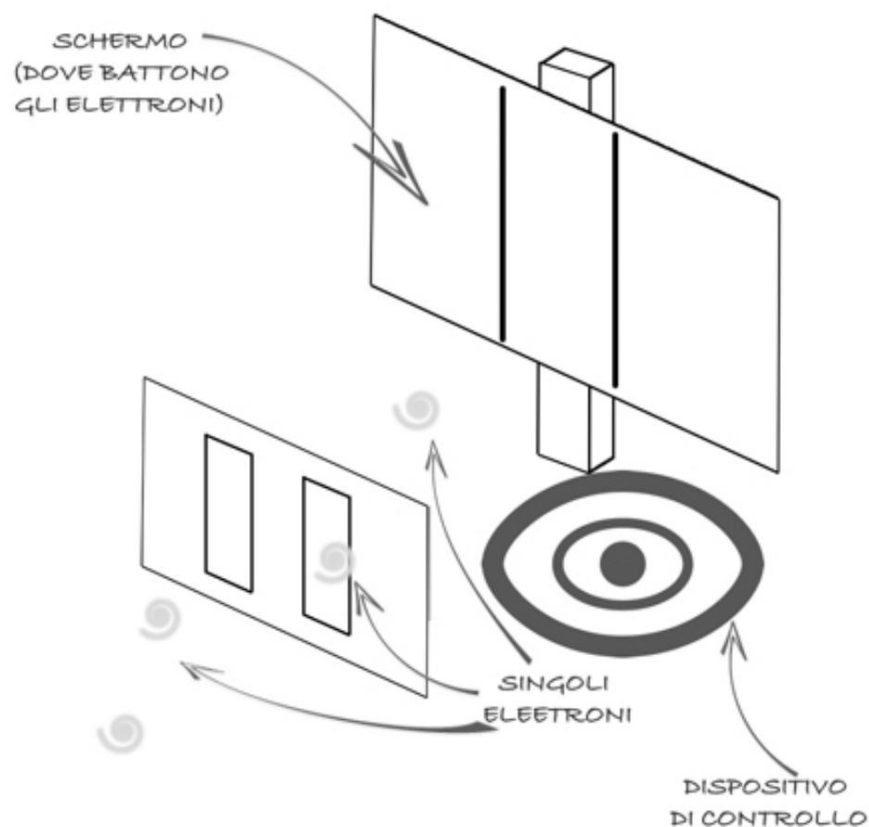
Une fois que tout fut prêt, ils recommencèrent à envoyer les électrons un par un. Cette fois, en les observant grâce à l'appareil, ils sauraient exactement par quelle fissure ils étaient passés.

« Essayons de déterminer où va cet électron ! »...

Mais le monde quantique, allaient-ils bientôt le découvrir, est bien plus mystérieux qu'ils ne l'avaient imaginé au départ...

En fait, lorsqu'ils ont commencé l'observation... « comme par magie », l'électron a cessé de se comporter comme une onde... et a recommencé à se comporter comme de la matière...

Oui, tout comme une bille !



Nos amis physiciens ont répété l'expérience à maintes reprises.

Rien : à chaque observation, l'électron se comportait de la même manière.

Lorsqu'ils ne l'observaient pas, il se comportait différemment.

En résumé, les éléments de preuve semblaient suggérer quelque chose d'extraordinaire, c'est-à-dire que...

Le simple fait d' OBSERVER avait
provoqué un CHANGEMENT dans le
COMPORTEMENT de l'électron.

Ce n'était plus une vague (de possibilité) mais
c'était devenu de la matière...

Ce fut l'un des événements qui ont fait découvrir aux physiciens le monde
mystérieux et fascinant des phénomènes quantiques.

Et c'est avant tout le sujet qui nous intéresse également.

« Les miracles ne se produisent pas en contradiction avec la nature,
mais par rapport à ce que nous en savons .

Que nous apprend cette expérience ?

Cela montre que tant qu'on n'observe pas quelque chose, ce
quelque chose n'est qu'un potentiel, un champ de
possibilités infinies (« vagues de possibilités »).

Mais au moment de l'observation, ces
« vagues de possibilité » changent de forme et se
cristallisent en quelque chose de physique (matière/événement).

C'est le fait de l'observer qui le fait changer de comportement.

Le moment où une onde de probabilité se transforme en matière porte un nom
précis : les physiciens l'appellent « effondrement d'onde ».

Imaginez un peu : c'est comme s'il n'y avait rien derrière vous maintenant ; mais
dès que vous vous retournez et que vous le regardez... tout prend forme et devient
matière.

En résumé : ce qui se trouve derrière votre dos en ce moment même existe sous
forme de probabilité.

Mais seulement jusqu'à ce que vous vous retourniez !

À ce moment précis, et seulement à ce moment précis, elle devient « matière » telle que vous
la connaissez.

Fascinant, n'est-ce pas ?

Maintenant, demandez-vous : quelles sont les implications d'une telle découverte ?

Savez-vous qu'il a été scientifiquement prouvé que... L'OBSERVATEUR INFLUENCE LA RÉALITÉ PHYSIQUE ?

L'observateur influence la réalité physique

Vous vous souvenez quand on a parlé d'attention sélective ?

Nous avons dit que le cerveau a tendance à remarquer davantage, beaucoup plus, ce sur quoi il se concentre précisément.

En bref : il arrive qu'on pense à acheter une nouvelle voiture et qu'on se mette soudain à la voir partout, exactement ce modèle, exactement cette couleur.

Nous avons dit : Quoi, toutes ces voitures n'étaient pas là avant ?

Bien sûr qu'elles étaient là, mais elles n'étaient pas importantes pour vous, alors votre cerveau les avait exclues de votre attention consciente.

En résumé : ils étaient là, mais vous ne pouviez tout simplement pas les voir.

Eh bien, maintenant je peux vous
le dire (pas avant car cela aurait semblé « incroyable »)...

En réalité, il semble que l'affirmation selon laquelle il
s'agissait simplement d'une « simple » question d'attention sélective ne soit
pas tout à fait vraie.

En fait, il semble que lorsque l'on se concentre sur quelque chose... il y ait en réalité davantage de ces « choses » autour de soi.

Dans le cas des voitures : plus de voitures.

Et précisément cette couleur de voiture.

Exactement ce modèle-là.

Exactement celles que vous avez en tête.

Et la raison de tout cela semble résider dans le fait que l'acte de l'observateur (muni d'une intention de pensée) a engendré un changement « effectif » dans la réalité.

En gros, ce que les physiciens appelleraient : un effondrement d'onde.

Il semblerait donc que toutes ces « voitures supplémentaires » que vous voyez à ces moments-là ne soient pas seulement le fruit du filtre de votre cerveau, du filtre d'attention sélective.

Il semblerait plutôt qu'ils soient en réalité plus nombreux autour de vous parce que vous les avez, d'une manière ou d'une autre,

CRÉER ou ATTIRER.

Pas mal, non ?

Je vous avais prévenus que certaines choses que j'allais vous raconter dans ce livre pourraient vous paraître incroyables.

Et vous comprenez peut-être maintenant pourquoi je n'ai pas répondu immédiatement à JL Marshall.

Il y avait beaucoup de choses à comprendre avant que je puisse dire une telle chose à un homme rationnel comme lui (bien qu'un homme rationnel, il faut le dire, doté d'un esprit ouvert).

Mais maintenant, après tout ce que je vous ai raconté, après avoir appris comment fonctionne le cerveau et après avoir compris les résultats de l'expérience des fentes de Young, je pense que vous aussi commencez à être prêts à recevoir certaines de ces informations.

Souvenirs?

Nous prenons nos décisions en fonction de ce que nous savons.

Le problème, c'est que nous ignorons ce que nous ignorons.

Et cette chose que vous savez maintenant possède un pouvoir intrinsèque.

Le POUVOIR DE FAIRE QUE LES CHOSES SE PRODUIT dans votre vie.

Oui, car ce phénomène a des implications considérables pour votre vie.

Si seulement vous commenciez à penser qu'il existe une probabilité sérieuse (j'aime toujours laisser le choix à celui qui lit ou écoute, le choix de décider ce qu'il veut croire, donc je parle rarement de certitude mais de probabilité sérieuse , oui...).

Je disais : si vous commencez à penser qu'il y a une probabilité sérieuse que ces voitures que vous voyez partout, ces femmes enceintes que vous voyez partout, n'étaient en réalité pas présentes en aussi grand nombre auparavant... mais que vous les ayez en quelque sorte « attirées »... alors vous feriez mieux de comprendre que derrière le dicton populaire « Il l'a bien cherché » (qui fait généralement référence à la malchance)... il y a peut-être une part de vérité.

En bref : les théories des érudits et des penseurs courageux, certaines religions et même une partie de la recherche scientifique semblent suggérer que chaque fois que vous observez le monde, chaque fois que vous observez votre réalité, vous provoquez, à un certain niveau de réalité, un effondrement des vagues.

Un effondrement qui transformera une vague de possibilités infinies en quelque chose de concret et de matériel.

Et cela dépendra de ... bon, on verra ça plus tard !

Pour l'instant, retenez simplement ceci, car c'est scientifiquement prouvé – même par la science « officielle » (celle à laquelle nous avons tous tendance à nous soumettre, sous l'influence de notre culture). À savoir que...

L'OBSERVATEUR INFLUENCE LA RÉALITÉ.

C'est un fait. Point final.

Veuillez tirer vos propres conclusions, même sur ce seul point .

La conscience humaine est capable de provoquer des événements

Comme je vous l'ai déjà dit, je laisse toujours à celui qui m'écoute le soin de choisir ce qu'il veut croire, mais je pense qu'il est juste de vous dire ce que je pense.

D'après ce que j'ai pu vérifier au fil des années de recherche, les études et les preuves sur ce sujet sont donc

Il y en a tellement que je pense personnellement que le fait que l'individu soit capable d'influencer sa propre réalité est quelque chose qui ne devrait plus être remis en question.

Cependant, sachez que ce n'est pas le cas pour tout le monde : par exemple, je connais différents milieux, notamment universitaires « conservateurs », qui peinent à actualiser leur programmation culturelle sur ce sujet.

Qui sait, peut-être un peu comme ce qui est arrivé aux collègues du docteur. Semmelweis.

Et qui sait : il existe peut-être d'autres milieux qui ne souhaitent tout simplement pas que ce pouvoir soit entre les mains de chacun d'entre nous.

Il est toujours difficile de savoir où se trouve la vérité. À un certain moment, le seul moyen de la connaître est d'expérimenter par soi-même et... de choisir. Un peu comme l'a fait JL.

Mais peut-être, pour vous aider à choisir ce que vous voulez croire (que les femmes doivent mourir en couches « parce que c'est la loi de la nature » ou que cela peut être évité simplement grâce à une meilleure hygiène), vous pouvez vous aider en lisant les résultats de certaines recherches que j'ai consultées.

Par exemple, un exemple particulièrement utile à cet égard est le résultat d'une étude menée pendant vingt ans par PEAR.

(Princeton Engineering Anomalies Research), un institut fondé en 1979 à partir des recherches de Robert Jahn, professeur de physique appliquée à l'école d'ingénierie et plus tard doyen de l'université de Princeton.

En bref, une étude qui appartient à la « science officielle ».
Mais surtout, une étude qui a démontré que la conscience humaine, d'une certaine manière, est capable d'influencer les événements.

Voici comment.

Au cours de cette étude, de nombreuses expériences ont été menées, utilisant différentes méthodes mais avec le même objectif : comprendre si l'esprit humain était capable d'influencer la réalité.

Par exemple, des personnes étaient placées devant des générateurs de nombres aléatoires, des machines spéciales qui généraient des séquences de 0 et de 1 de manière totalement aléatoire.

On a demandé à ces personnes d'essayer d'« influencer » le générateur de nombres aléatoires à tel point qu'un nombre apparaisse plus souvent qu'un autre, et ce de manière statistiquement significative.

Eh bien, les résultats obtenus en 20 ans de recherche ont non seulement démontré que n'importe qui était capable de modifier les événements (c'est-à-dire de faire paraître un nombre plus important qu'un autre) de manière statistiquement significative, mais ils ont même démontré que cela ne dépendait pas de la distance.

Autrement dit, il n'était pas nécessaire que les personnes se trouvent devant les objets d'étude (tels que les machines génératrices de nombres aléatoires).

Non : il y avait quelque chose de plus fort que le temps et la distance qui était encore capable d'influencer le générateur.

Oui, l'OBSERVATEUR provoque l'effondrement de l'onde dans une certaine direction.

Oui, l'observateur CRÉE LA RÉALITÉ.

N'oubliez pas : vous êtes toujours libre de croire et de vivre ce que vous voulez, ou d'écouter les « cloches » qui vous semblent les plus vraies ou les plus probables.

Mais n'oubliez pas : jusqu'à présent, vous avez pris des décisions (et avez été programmés) en fonction de ce que vous saviez.

Le problème est toujours le même : vous ne saviez pas ce que vous ne saviez pas... Réfléchissez-y.

Le grand « champ » : l'intrication quantique et le prix Nobel

Erwin Schrödinger

Changeons (apparemment) de sujet.

Avez-vous déjà eu l'impression que vous étiez observé ?

J'en suis sûr.

Et je suis sûr que, dans certains de ces moments-là, vous vous êtes retourné et avez constaté qu'il y avait vraiment quelqu'un qui vous regardait.

Ma question est : pourquoi cela se produit-il ?

Comment avez-vous eu l'impression d'être observé(e) ?

Ou encore : vous est-il déjà arrivé de penser la même chose qu'un ami, un partenaire ou quelqu'un d'autre, au même moment précis où il ou elle y pensait ?

« Waouh, je pensais exactement la même chose ! »

Encore une fois : avez-vous déjà pensé à appeler quelqu'un et, quelques instants plus tard, à recevoir son appel ? Ou à recevoir un appel et à déjà savoir de qui il s'agissait avant même que le téléphone ou sa voix ne le confirme ?

Eh bien, je vous le dis tout de suite : dans de nombreux cas, ces phénomènes ont des explications parfaitement rationnelles : il s'agit souvent simplement de processus subconscients.

Pour vous donner un exemple : vous regardez un film à la télévision avec quelqu'un. À la fin du film, cette personne dit qu'elle aimerait bien un bon café. Vous répondez : « Je pensais la même chose. » Mais ensuite, en rembobinant et en regardant au ralenti, vous découvrez que le film comportait des scènes où les acteurs buvaient du café : et voilà qui explique tout.

En bref, dans certains cas, le phénomène est purement rationnel et peut être attribué à des pensées qui se sont en quelque sorte imprimées dans le subconscient de manière subliminale (en dessous du niveau de la conscience), et qui sont simplement

extrait du cerveau au bon moment, peut-être suite à une publicité.

Dans ces cas-là, il se peut que vous ne vous souveniez pas avoir vu ces scènes ; mais votre cerveau, lui, s'en souvient, et il les traite et les transforme en pensées.

Dans d'autres cas, cependant, persister à réfléchir à des explications rationnelles « classiques » est beaucoup plus « laborieux et compliqué » que de se rendre à l'évidence des faits et d'admettre qu'il y a plus que de simples « coïncidences ».

Un jour, j'enregistrais une vidéo dans un studio d'enregistrement.

Le réalisateur et ses assistants n'avaient pas l'habitude de tourner ce genre de vidéo (dans laquelle je parlais précisément de ces phénomènes), j'espérais donc qu'ils feraient au moins preuve d'un peu d'ouverture d'esprit, suffisamment au moins pour me laisser terminer cette séance d'enregistrement.

Vous aurez peut-être du mal à l'imaginer, mais il n'est pas toujours facile d'être devant une caméra si toutes les personnes autour de vous (et que le spectateur ne peut pas voir) « résistent » à ce que vous dites.

Eh bien, je dois dire que j'ai eu beaucoup de chance ce jour-là.

En fait, l'équipe qui filmait la vidéo... c'est vrai, ils n'étaient pas habitués à certains sujets, mais c'étaient des gens intelligents : ils avaient l'esprit ouvert (j'avoue que parfois ils me regardaient avec étonnement, mais je restais au moins curieux de ce que je disais).

Il se trouve qu'à peu près à la moitié de la séance de tournage, nous avons décidé de faire une petite pause.

Je suis allé aux toilettes et immédiatement après, de retour au studio d'enregistrement, j'ai commencé à fredonner « Il cuore è matto, matto da legare » de Little Tony.

Il n'y aurait rien eu d'étrange à cela si, à ce moment précis, le réalisateur n'avait pas écarquillé les yeux et ne m'avait pas demandé : « Italo, pourquoi chantes-tu cette chanson ? »

J'ai répondu franchement qu'à ce moment-là, j'avais ouvert le sac à dos où était rangé mon ordinateur portable et que j'y avais vu une peluche en forme de cœur qu'une amie très chère m'avait offerte. La voir m'a immédiatement fait penser à cette chanson, c'est tout.

J'ai continué à lui dire : « Et pourquoi me posez-vous cette question ? »

Sa réponse fut : « Parce que c'était la chanson à laquelle je pensais pendant que tu étais aux toilettes... » et, après un moment de silence, il poursuivit : « Alors ces choses existent vraiment ! »

Eh bien... ils existent... ils n'existent pas... qu'en pensez-vous ?

Il convient de noter, pour mémoire, que :

- un silence absolu régnait dans la pièce, car nous devions enregistrer une vidéo et il ne pouvait y avoir aucune interférence audio ;
- la vidéo que j'enregistrais n'avait rien à voir avec Petit Tony, et de toute évidence ni lui ni moi n'étions particulièrement « fans » de cette chanson ;
- Nous avons emprunté des itinéraires différents pour nous rendre au studio d'enregistrement, nous n'aurions donc rien pu voir ni entendre qui aurait pu, de manière subliminale, nous « influencer » vers le nom Little Tony.
- Finalement, c'est réconfortant de savoir que j'avais déjà vu ce cœur dans mon sac à dos à maintes reprises, mais l'idée de chanter cette chanson ne m'avait jamais effleurée. C'est arrivé comme ça, sur le coup.

En bref : une « coïncidence significative » s'était produite, ou, pour employer un jargon technique, un « événement synchronistique ». Des événements que le célèbre psychiatre, psychanalyste et anthropologue suisse Carl Gustav Jung et le lauréat du prix Nobel de physique Wolfgang Pauli avaient étudiés bien des années auparavant.

Oui : croire est parfois une question de choix. Ou de choses que nous savons.

Ou des choses que nous ignorons.

Ou des expériences directes.

En tout cas, il s'agit de revenir sur les résultats des études de Jung et Pauli et de les résumer...

Le principe de base est que, bien que nous nous considérions comme des entités distinctes et séparées de l'ensemble, nous faisons en réalité partie d'un système plus vaste et constamment interconnecté.

Un système plus vaste dans lequel se produisent ce qu'ils appellent des « événements synchrones » : des événements atemporels (non synchrones), liés par une relation de contenu significatif similaire¹¹.

Intéressant, n'est-ce pas ?

Bien que la théorie de la synchronicité ait une validité davantage psychologique que scientifique, quelqu'un d'autre a étudié ce type de phénomène d'un point de vue scientifique. Il s'agit d'Erwin Rudolf Josef Alexander Schrödinger, lauréat du prix Nobel de physique en 1933, qui a donné à ce phénomène le nom d'« intrication quantique ».

12 .

L'intrication quantique est un phénomène dans lequel l'état de deux ou plusieurs systèmes physiques dépend de l'état l'un de l'autre, même s'ils sont

spatialement séparés.

On le traduit parfois en italien par le terme « non-localité ».

Si la définition « technique » vous a fait peur (j'espère que non), ne vous inquiétez pas.

J'estime qu'il est de mon devoir éthique et moral de fournir autant de références que possible (le nombre est si important que je dois faire un choix, en essayant toujours de ne pas trop en demander).

Cela le rend toutefois trop difficile à lire. Donc, si vous souhaitez approfondir le sujet, je vous suggère de faire vos propres recherches.

La deuxième tâche que je ressens (ce sera certainement mon programme mental, mais j'aime ça comme ça !) est, après avoir fourni les références, de répondre à la question : Ok Italo, mais qu'est-ce que tout cela signifie dans la VRAIE VIE ?

Comment puis-je utiliser ces nouvelles connaissances à mon avantage (si cela est possible) ?

L'intrication quantique : qu'est-ce que cela signifie dans la vie réelle ?

En pratique, qu'ont découvert les scientifiques – de Schrödinger à Pauli, en passant par Einstein, qui ne trouvait pas de réponses à de nombreuses questions, jusqu'aux physiciens d'aujourd'hui... ?

Ils ont découvert ceci :

Le monde (ou l'Univers... oui, nous en sommes arrivés au point où je peux me permettre d'utiliser ce terme) est un vaste scénario dans lequel tout est directement et intimement interconnecté.

Un lieu où modifier un système implique d'en modifier d'autres.

Mais qu'est-ce que cela signifie concrètement ?

Dans la vie réelle, cela signifie que vous aussi devez savoir et prendre en compte, dans chaque choix et chaque décision que vous prenez... que vous êtes intimement lié à tout ce qui vous entoure, à un niveau plus profond que le niveau purement rationnel.

Et aussi que chaque changement interne et/ou externe que vous opérez détermine les changements physiques et subtils de tout ce qui vous entoure.

En bref, tout cela signifie que de petites variations dans les conditions initiales... même dans votre façon de penser ou ce que vous voulez dire

Ce que vous choisissez de croire... fait une GRANDE différence dans la vie réelle.

Je dirais : ce n'est pas rien. Ni quelque chose à sous-estimer.

En bref : on peut dire que l'Univers est un lieu

PARTICIPATIF.

Comme le dit Gabriel Guerrero...

« Si vous apprenez à diriger vos pensées et vos émotions, vous solliciterez la structure physique de votre cerveau et vous effectuerez des changements qui dépassent le simple niveau intellectuel. »

Oui, mais sur le plan scientifique ?

Que dit la science sur ce point ?

La science (et on parle bien de la science officielle) dit ceci...

En prenant un élément primaire de la matière et en le décomposant en composants plus petits (par exemple, en prenant un atome et en isolant deux électrons qui orbitent sur la même orbite), puis en séparant les morceaux résultants – non seulement en les séparant, mais en les plaçant réellement aux extrémités opposées de l'univers... – il est scientifiquement prouvé que ces deux « parties » de l'atome d'origine... restent interconnectées, tout comme elles l'étaient lorsqu'elles faisaient partie du même atome.

Étroitement interconnectés.

Qu'est-ce que cela signifie ? Comment les scientifiques l'ont-ils découvert ?

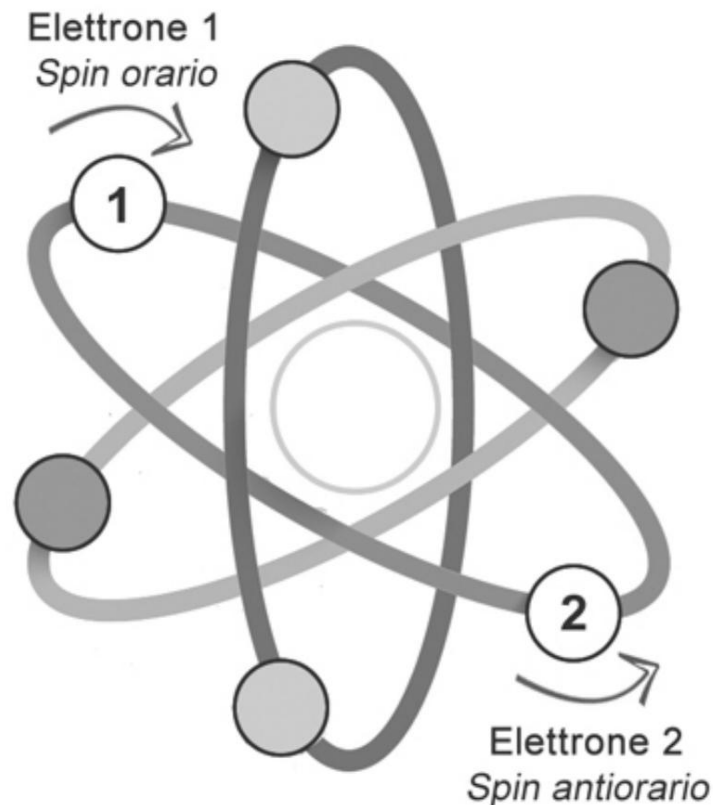
Ils l'ont compris ainsi : ils ont réalisé qu'après que deux particules soient entrées en intrication (en les faisant interagir de manière appropriée ou en les acquérant à partir d'un processus naturel qui prend naissance au même moment), eh bien... à partir de ce moment, en changeant les propriétés de l'une des deux particules, la propriété de la seconde particule changera AÜSSI instantanément, en parfait accord avec la première¹³.

Et ceci, notez-le bien, ne dépend même pas de la distance à laquelle ils sont déplacés.

Pour vous donner un EXEMPLE que vous pouvez bien comprendre.

Prenons un atome (élément primaire).

Les électrons qui orbitent sur la même orbite au sein d'un atome possèdent une caractéristique qui concerne le sens de rotation de l'électron (appelé spin) : si un électron tourne vers la droite, l'autre tourne toujours vers la gauche (c'est-à-dire qu'ils ont des spins opposés).



Modèle atomique.

À ce stade, nous isolons deux électrons (qui sont donc intriqués, car ils appartenaient au même atome) et les éloignons d'une distance indéfinie.



Électrons isolés de l'atome et séparés les uns des autres.

Ce que les scientifiques ont découvert, c'est que, puisque ces électrons se sont « rencontrés » (ils étaient « apparentés » dans le même atome, souvenez-vous ?), à partir de ce moment, si vous changez le sens de rotation de l'un des deux électrons, le sens de rotation de l'autre électron changera instantanément « automatiquement » lui aussi.



Changement instantané du sens de rotation.

Comme je vous le disais, les scientifiques ont pu démontrer scientifiquement que cela est vrai et que cela se produit quelle que soit la distance.

Cet effet se produit donc même si les deux particules sont séparées par des dizaines de kilomètres. Il se produit même si les particules sont séparées par des millions de kilomètres.

- Cela se produit même si les deux particules sont placées à des années-lumière l'une de l'autre.
- Cela se produit même si les deux particules sont placées « aux antipodes de l'univers »...

Ainsi, indirectement, les scientifiques ont également démontré qu'il existe un certain type d'« information » (comme celle qui porte en elle la « direction » de rotation d'un électron autour de sa particule)... qui « voyage » en quelque sorte dans l'univers à une « vitesse » PLUS RAPIDE que celle de la lumière.

Oui, car si l'on parle de vitesse, il s'agirait d'une vitesse infinie.

Fascinant, n'est-ce pas ?

Oui, il ne semble pas que cette information soit transmise selon les lois physiques connues à ce jour (qui imposent une limite à la vitesse : la vitesse de la lumière).

Il est en réalité transmis par un autre canal.

Une chaîne aujourd'hui inconnue, à l'origine de simples théories.

Mais une chaîne qui fonctionne tout simplement instantanément.

Je me demande si c'est le principe qui permet à deux jumeaux, même très éloignés l'un de l'autre, de ressentir ce qui se passe chez l'autre. Je me demande si c'est le principe qui permet à une mère de ressentir ce qui se passe chez son enfant, même s'il n'est pas juste devant elle.

Quoi qu'il en soit, ce phénomène mystérieux a été si largement étudié qu'il a donné lieu à de nombreuses expériences, non seulement sur les éléments primaires de la matière, mais aussi sur des éléments plus complexes.

L'une des préoccupations les plus récentes, par exemple, les diamants (quantiquement) inséparables¹⁴ .

À présent, les preuves sont si nombreuses qu'il suffit de faire une série de recherches sur Internet ou de consulter quelques numéros du prestigieux magazine *Le Scienze*¹⁵) pour ne plus avoir aucun doute sur la question.

Bien sûr, s'il est vrai que dans l'univers rien n'est créé et rien n'est détruit... [le postulat fondamental de Lavoisier] et s'il est vrai qu'immédiatement avant le Big Bang, nous étions tous, au niveau atomique, unis dans un espace de densité infinie...

[L'hypothèse de Georges Lemaître sur l'atome primitif] alors, si tout cela est vrai (comme semble l'affirmer la science officielle), il n'y a qu'une seule conclusion possible :

NOUS ÉTIONS À UNE CERTAINE ÉPOQUE (ET PAR CONSÉQUENT NOUS RESTONS AUJOURD'HUI)
INTERCONNECTÉS AVEC TOUT CE QUI NOUS ENTRE NOUS. LES GENS, LES ÉTOILES, LES
GALAXIES, LA MATIÈRE. TOUT.

Ceci est vrai en général, au niveau atomique.

Mais il semble que cela ait alors un effet « sensible » (c'est-à-dire perceptible) notamment entre les personnes, lorsque celles-ci ont été liées par des événements émotionnels plus ou moins forts (comme la naissance d'un enfant).

Les branches « frontières » de la psychologie (comme les études d'Hellinger sur les constellations familiales) étudient également ces aspects — naturellement rejetés par la « science » officielle ! J'ai personnellement été témoin de choses extraordinaires (hors du commun) :

Une jeune fille, en conflit permanent avec son frère depuis des années (pour des raisons sérieuses), travaillait sur elle-même autour de ces concepts. Le lendemain, son frère, ignorant tout de la dispute, l'appela pour lui demander...

Excusez-moi...

Un homme, brouillé avec sa mère depuis un certain temps, pour des raisons assez graves, vivait une situation similaire. La semaine suivante, sa mère rentra à la maison. Elles ne s'étaient pas parlé depuis des années. Le moment était venu pour elle (d'après elle) de clarifier la situation...

Nous sommes intimement liés à tout ce qui nous entoure, à un niveau plus profond que le niveau purement rationnel, et chaque changement que nous apportons détermine le changement, à un niveau physique et subtil, de tout ce qui nous entoure.

Je pourrais raconter des dizaines et des dizaines d'histoires de ce genre, vues se dérouler sous mes yeux, mais comme d'habitude, sans

On ne prononce pas beaucoup de discours, mais le mieux est toujours d'essayer soi-même, d'approfondir le sujet.

En résumé, oui : NOUS SOMMES TOUS CONNECTÉS.

Mais comment cela se manifeste-t-il exactement dans le notre vie ?

Quel est le véritable pouvoir de votre esprit ?

Vous ne pouvez même pas l'imaginer, et c'est là le vrai problème.

Les biographies racontent qu'un jour, Albert Einstein écrivit un mot à un ami. On pouvait y lire, d'un côté :

« Si vous pensez à l'immensité des villes, des nations, si vous pensez à l'immensité des continents, des océans, si vous pensez à la taille du globe, aux milliards et aux milliards d'étoiles, à la quantité infinie de planètes et de galaxies qui nous entourent, ne vous sentez-vous pas tout petit ? »

D'autre part...

«Moi non plus..."

Réfléchissez-y : combien de fois, face aux aléas de la vie, vous sentez-vous impuissant ?

Cela arrive parfois, et cela vous est peut-être déjà arrivé aussi.

Mais je peux vous dire que même lorsque nous savons que nous pouvons faire beaucoup pour changer les choses, eh bien, même alors, nous ne pouvons même pas commencer à imaginer à quel point ce « beaucoup » signifie.

Chaque fois que vous pensez à quelque chose, c'est comme si vous planifiez un événement futur.

En pratique, la recherche scientifique la plus moderne démontre aujourd'hui , petit à petit, en s'opposant à des milieux souvent conservateurs et à une prudence qui conduit parfois à une « tendance à l'immobilisme », ce que les plus grandes philosophies de l'histoire, les religions les plus influentes, affirment depuis longtemps : à savoir que nous sommes les créateurs de notre réalité.

Saint François d'Assise a dit, comme nous l'avons vu :

« Faites attention à vos pensées et à vos paroles, cela pourrait devenir la prophétie de votre vie... »

En résumé : notre esprit possède une puissance telle qu'elle dépasse largement le simple niveau rationnel, stratégique et orienté vers l'action (qui, à lui seul, suffirait à transformer une vie, comme vous l'avez lu dans les chapitres plus « pragmatiques » sur la programmation mentale). Non, la puissance de votre cerveau va bien plus loin, interagissant directement avec la matière et la création d'événements à un niveau beaucoup plus subtil.

Ces concepts peuvent paraître « extrêmes » à certains, mais de nombreuses

recherches confirment aujourd'hui que nous contribuons d'une manière ou d'une autre à créer notre réalité à des niveaux bien supérieurs à ce que nous comprenons généralement.

En bref : un vaste corpus de recherches semble confirmer l'existence d'un champ unifié, l'existence de la non-localité et la vérité du fait que nous sommes les CRÉATEURS de notre réalité.

Et ce n'est pas tout : elles semblent également confirmer que nous sommes connectés à tout ce qui nous entoure, jouant ainsi un rôle prépondérant dans la création des événements que nous vivons.

Oubliez la chance ou la malchance. Oubliez le talent. Oubliez
« Coïncidences » !

À quoi choisissez-vous de croire ?

Le pouvoir de l'esprit : Cleve Backster, de la CIA à la conscience

Cleve Backster a débuté sa carrière comme expert de la CIA et est devenu par la suite président du comité de recherche sur les instruments de l'Académie des sciences.

Au cours de sa carrière, il a formé des milliers d'agents à l'utilisation du polygraphe (détecteur de mensonges), un appareil qui mesure et enregistre diverses caractéristiques physiologiques d'un individu telles que la pression artérielle, le pouls et la respiration, tandis que le sujet est invité à répondre à une série de questions fermées, en disant seulement « oui » ou « non ».

En pratique, le polygraphe, dont Backster était l'un des plus grands experts, enregistre les émotions de la personne à laquelle il est connecté, fournissant ainsi des indications quant à savoir si cette personne dit la vérité ou ment.

Le 2 février 1966, sa secrétaire avait acheté des plantes pour décorer son bureau.

Backster n'avait pas la main verte et n'était pas doté d'un grand sens esthétique ; il n'avait même pas l'intention de se consacrer à ces plantes, mais, par curiosité scientifique, il en plaça une sous le robinet.

Son objectif était de chronométrer le temps nécessaire pour que l'humidité atteigne les feuilles à partir du sol dans lequel elles étaient plantées.

Puis, alors que la plante était sous le robinet, par curiosité ou intuition (en parlant du pouvoir des intuitions qui changent tout...), il a essayé de fixer le polygraphe à la feuille de la plante.

C'est l'intention qui compte.

Backster a raconté :

« Je pensais qu'en plaçant quelque chose pour mesurer la résistance sur les feuilles, je pourrais faire des enregistrements intéressants : c'est pourquoi j'ai fixé le polygraphe sans trop réfléchir.

Puis j'ai remarqué quelque chose sur le graphique, quelque chose de différent de ce à quoi je m'attendais...

J'ai remarqué ce qui ressemblait à une réaction humaine sur le polygraphe.

Le tracé du stylo n'était pas celui que j'attendais de l'eau pénétrant dans la feuille, mais plutôt celui d'une personne mentant sous un détecteur de mensonges.

Les détecteurs de mensonges fonctionnent selon le principe que lorsque les gens se sentent menacés, ils réagissent physiologiquement de manière prévisible.

Si vous effectuez un test polygraphique dans le cadre d'une affaire de meurtre et que vous demandez au suspect : « Avez-vous tiré le coup fatal ? », si la réponse est « Oui » mais que le suspect répond « Non » — car il espère manifestement s'en tirer en mentant —, les électrodes placées sur sa peau détecteront les microvariations de pression artérielle et d'autres paramètres que son corps génère en réaction à cette peur. Le polygraphe détectera ces variations et classera cette réponse comme un mensonge.

Maintenant que nous comprenons mieux le fonctionnement d'un polygraphe, revenons en arrière et relisons l'histoire de Backster :

Presque par jeu, j'ai commencé à réfléchir à la façon de mettre la plante en danger. J'ai d'abord essayé de placer une feuille dans une tasse de café chaud. Le polygraphe a révélé ce que j'ai identifié comme de l'ennui, une réaction en déclin.

Puis, à 13 minutes et 55 secondes du début du graphique, j'ai imaginé brûler la feuille sur laquelle je travaillais. La plante s'est mise à réagir de façon erratique. Le stylo du polygraphe s'est mis à clignoter sur le graphique. Je n'ai rien dit à voix haute, je n'ai touché ni à la plante ni à l'appareil.

La seule chose nouvelle qui aurait pu stimuler la plante, c'était mon image mentale.

Je suis donc allée dans le bureau d'à côté, j'ai pris des allumettes sur le bureau de ma secrétaire, j'en ai allumé une et j'ai fait quelques pas vers les feuilles. J'ai compris que je ne pouvais pas obtenir plus de réaction que celle déjà présente, alors j'ai décidé d'agir autrement : j'ai écarté la menace en remettant les allumettes à leur place. La plante s'est calmée.

J'ai immédiatement compris que ce que je remarquais était quelque chose de très important.

Il n'y avait pas d'autres explications possibles. Il n'y avait rien d'autre dans la pièce, personne dans le laboratoire, et je ne faisais rien qui puisse fournir une explication mécanistique.

Il n'y avait qu'une seule réalité qui pouvait expliquer ce qui se passait...

Les pensées de Backster
avaient , d'une manière
ou d'une autre, influencé les plantes¹⁶ .

Voici ce dont votre cerveau est capable : il est bien plus complexe qu'il n'y paraît.

J'ai l'impression de revivre l'époque de Semmelweis et de la fièvre puerpérale. Personne ne comprenait pourquoi, mais il a commencé à se laver les mains avant d'entrer au bloc opératoire. Et pourtant... il n'y avait aucune raison évidente, aucune explication logique à cela. Et pourtant... depuis qu'il a instauré cette pratique, la mortalité de ses patients a diminué. Et c'est un fait avéré (et statistiquement significatif).

Ce n'est pas parce que vous ne le
voyez pas que cela n'existe pas.

Oui, à l'époque, personne ne connaissait l'existence des bactéries. Mais cela devrait vous indiquer que la réalité est bien plus complexe qu'il n'y paraît.

Nous voyons avec nos yeux.

Backster lui-même – qui, je vous le rappelle, avait débuté sa carrière au sein de la CIA (et était donc vraisemblablement une personne dotée d'un grand esprit de raisonnement) – fut littéralement impressionné par ces preuves.

D'une manière ou d'une autre – il en était clair – ses pensées avaient influencé les plantes.

Bien entendu, Backster ne s'est pas arrêté là, faisant preuve d'un esprit scientifique aigu. Après cette première observation, il a entrepris de comprendre ce qui se passait réellement.

Il commença à analyser tout ce qu'il pouvait : la nourriture, les animaux, personnes...

Il a découvert qu'en plaçant des leucocytes oraux, ou des cellules prélevées dans la bouche d'une personne, dans un tube à essai (en prélevant essentiellement des cellules de la salive des personnes), les cellules réagissaient encore électrochimiquement aux états émotionnels du donneur, même lorsque la personne était hors de la pièce, hors du bâtiment ou hors de l'État.

Une fois de plus, donc, une
connexion non locale était mise en évidence, une force
invisible qui maintenait
ont connecté
les cellules à leur donneur.

Par exemple, si le donneur « pensait » simplement à se couper... les cellules réagissaient à cette pensée de manière claire et reconnaissable.

Des recherches ultérieures ont approfondi ces effets, affirmant qu'à la simple pensée du donneur se coupant, les globules blancs contenus dans le tube à essai étaient activés sur-le-champ, comme s'ils savaient qu'ils devraient peu après activer les défenses immunitaires de l'organisme pour le protéger de la blessure.

Backster dit :

« Nous avons prélevé un échantillon de globules blancs, puis nous avons renvoyé les gens chez eux pour regarder la télévision. »

J'avais présélectionné un programme qui les stimulerait émotionnellement, par exemple en diffusant un documentaire sur l'attaque de Pearl Harbor [tiens, en parlant de Pearl Harbor !...

[Note de l'éditeur] J'ai ensuite enregistré à la fois le programme et la réponse de leurs cellules.

Ce que nous avons découvert, c'est que les cellules situées à l'extérieur du corps réagissent toujours aux émotions ressenties : même à des kilomètres de distance.

Notre tentative la plus lointaine a été de 482,7 kilomètres (300 miles). Brian O'Leary [auteur de *Exploring Inner and Outer Space*] a quitté sa cellule à San Diego et s'est envolé pour Phoenix.

Chaque fois qu'il subissait un revers qui le contrariait, il notait l'heure.

Au même moment, à des centaines de kilomètres de là, le polygraphe relié à son tube à essai a enregistré une réaction... au moment précis où il l'a ressentie !

Son journal intime et le graphique du polygraphe, situé à plus de 480 kilomètres de là, correspondaient parfaitement.

En résumé : la corrélation entre Brian et ses cellules est restée... malgré la distance.

Alors, quel est le pouvoir d'une pensée ?

ATTENTION : la vie est...?

Oui, si je vous demandais « la vie, c'est... ? », que répondriez-vous ?

La réponse que vous donnerez à cette question sera probablement l'empreinte la plus importante que vous puissiez laisser sur votre destin.

Vous avez déjà découvert le modèle de création de la réalité, vous savez donc très bien ce que cette pensée, entrant dans le cycle de création de la réalité, pourrait provoquer.

Je joins le schéma ici pour votre commodité :



Schéma de création de la réalité.

Vous avez également commencé à comprendre qu'une pensée est bien plus puissante que vous ne l'auriez imaginé, qu'elle crée des événements, même aux niveaux les plus subtils.

Alors, encore une fois, si je vous demandais « la vie, c'est... ? », que répondriez-vous ?

Voici une version simplifiée du fonctionnement du processus, avec un exemple en quatre étapes.

1. NOS PENSÉES ENVOYENT UN SIGNAL.

Par exemple, « JE SOUFFRE ».

2. NOTRE CERVEAU ACTIVE L'ATTENTION SÉLECTIVE.

L'attention sélective met en évidence tout ce qui confirme cette pensée (JE SOUFFRE), nous apportant ainsi d'excellentes preuves à l'appui de cette pensée.

De plus, puisque cette pensée est le résultat d'un programme mental, les caractéristiques habituelles s'appliquent : elle n'est plus remise en question, elle s'auto-valide, se stabilise et s'auto-renforce.

3. NOS ÉMOTIONS (JE SOUFFRE) PROGRAMMENT LE CERVEAU ET

ILS ACTIVENT DES FRÉQUENCES.

Les émotions générées par ce que l'attention sélective vous amène à voir programment ensuite le cerveau pour créer de nouvelles synapses (de nouveaux programmes) pour « l'émotion ».

À ce stade, nos particules commencent à vibrer à une certaine fréquence (fréquence émotionnelle), provoquant l'effondrement de l'onde.

4. RÉSULTAT : un événement correspondant à cette pensée et à cette fréquence sera attiré, fournissant, dans ce cas, une bonne raison de souffrir.

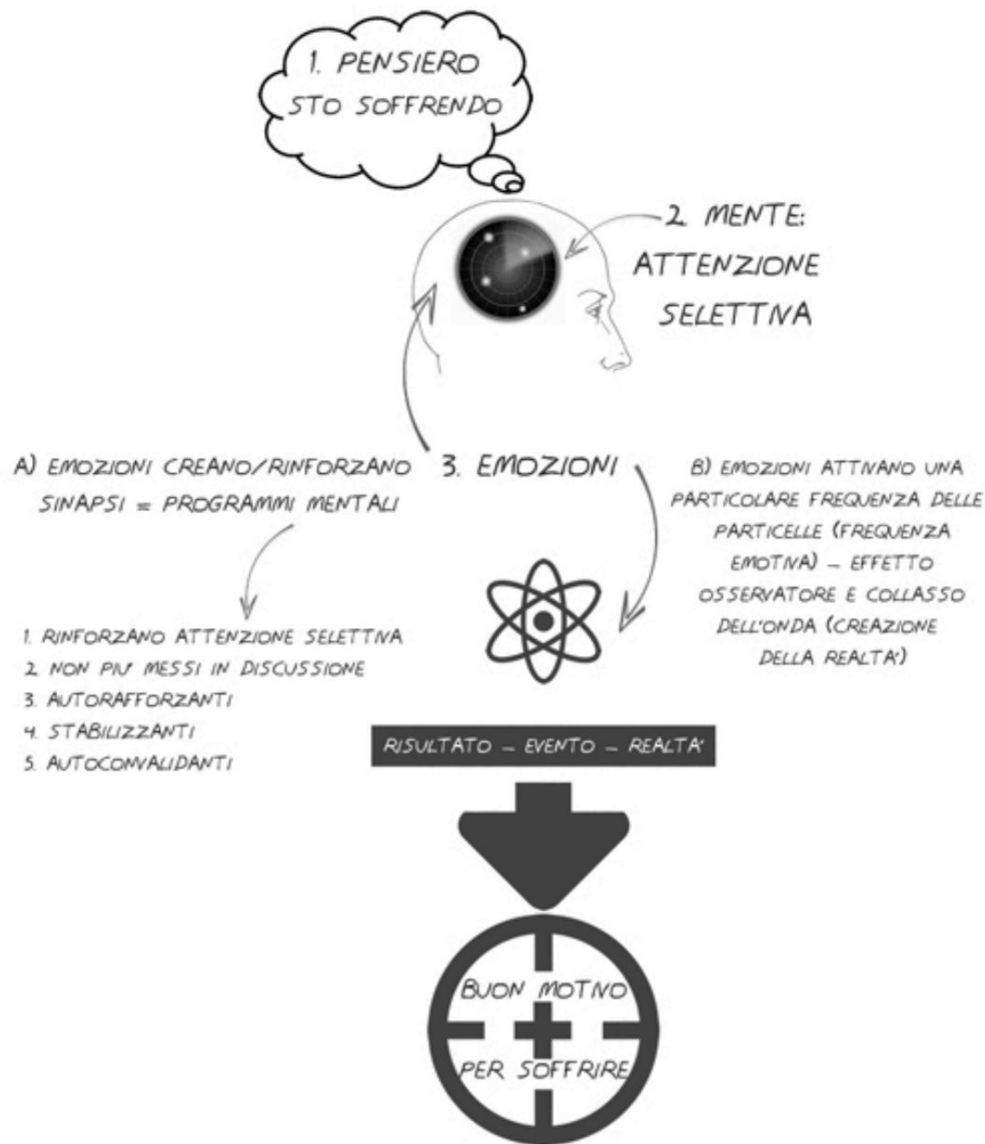


Schéma pensée-événement : comment nous créons la réalité.

Si vous avez bien écouté ce que je viens de dire, MAIS... vous n'avez jamais vraiment fait attention à vos propres pensées jusqu'à présent...

J'imagine que votre découverte a pu susciter quelques inquiétudes. Mais j'espère aussi qu'elle a éveillé en vous une certaine curiosité (qui vous incitera à approfondir le sujet)... et, bien sûr, un regain d' espoir (et l'envie de prêter attention à vos propres réflexions...).

J'espère , oui, car comme l'a dit Frank Tyger, cela devrait être assez clair pour vous maintenant que...

«Votre avenir dépend de beaucoup de choses.
Mais surtout de vous.

Mais une simple pensée peut-elle vraiment créer la réalité ?

Dans quelle mesure ?

Mais alors, si j'imagine posséder une nouvelle voiture, va-t-elle « se matérialiser » instantanément devant moi ?

Non, ça ne fonctionne pas comme ça.

Alors, comment ça marche ?

À quel point une pensée est-elle réelle et concrète ?

Une pensée est la chose la plus réelle et concrète qui existe sur la surface de la Terre et dont vous disposez pleinement.

C'est simple, pas simpliste : attention au grand malentendu

Un jour, une personne m'a écrit en disant :

Salut Italo, je te suis depuis longtemps. Félicitations pour tes études et tes recherches passionnantes. J'ai une question : on m'a volé ma moto il y a quelques jours, mais je n'aurais jamais imaginé qu'on me la volerait. Puisque la pensée crée la réalité, et que je n'y avais jamais pensé, comment est-ce possible ?

Ma réponse était simple :

« Mais avez-vous mis la chaîne... ? »

Cela, qui peut paraître une plaisanterie, est en réalité une véritable conversation qui a eu lieu sur Facebook, et cela me donne l'occasion de clarifier un point très important.

Au cours de la dernière décennie, notamment, de nouveaux courants et disciplines (comme le New Age puis la Loi de l'Attraction) ont rendu ces concepts accessibles à tous (concepts qui constituaient initialement le fondement des grands courants philosophiques et spirituels, et qui ont été confirmés scientifiquement, au moins en partie, par la physique quantique moderne). Je leur adresse mes plus sincères félicitations pour avoir rendu ces concepts éclairants compréhensibles et accessibles à tous.

Malheureusement – et je le dis sans jugement – un grand malentendu est souvent survenu chez ceux qui ont écrit ou dans l'esprit de ceux qui ont lu et essayé de concrétiser ces concepts .

Cette supercherie a été créée pour plusieurs raisons.

Peut-être parce que chacun de nous est en quête de magie (et c'est en soi une bonne chose), ou peut-être parce que quelqu'un a oublié de poser des questions et, par conséquent, d'apporter des réponses.

Pour ce qui est de moi, je vous ai déjà dit au début de ce livre que je suis une personne déterminée, qui se concentre sur les résultats.

Mais si je suis comme ça, JL Marshall l'est encore plus que moi.

Et sachez que Marshall n'aurait jamais accepté d'écrire un livre avec moi (et je n'aurais jamais accepté de le faire avec lui) si nous avions décidé de nous contenter de faire de la « philosophie » purement théorique.

Et ce, même si nous sommes tous deux conscients de l'importance de la philosophie... précisément parce que la pensée crée la réalité.

Mais notre objectif était et reste de vous donner l'opportunité d'obtenir des résultats CONCRETS et MESURABLES . Des résultats qui peuvent découler de l'application de nos découvertes issues de la recherche et de notre expérience de vie.

C'est pourquoi, personnellement, je ne me permettrai jamais de vous raconter des choses que j'ai seulement lues quelque part, des choses que je n'ai pas d'abord vécues de première main, avec une série de tests empiriques.

De même, je n'aime pas faire des promesses que je sais que je ne pourrai pas tenir.

Personnellement, je veux pouvoir regarder les gens en face, mais il y a quelque chose d'encore plus important : je veux pouvoir me regarder droit dans les yeux dans le miroir.

Sachez donc que j'ai un grand respect pour vos rêves, vos objectifs, votre vie.

J'ai un grand respect pour le fait que vous ayez décidé d'investir de l'argent dans ce livre et que vous ayez pris le temps de le lire.

Ou peut-être est-ce simplement le fait que moi (et je connais assez bien JL) (Marshall dirait la même chose de lui) nous sommes tout simplement faits comme ça (je sais que c'est un programme sur l'identité, mais c'est un programme que nous aimons).

Le pouvoir de votre esprit est un
pouvoir extraordinaire.

VOUS ÊTES CAPABLE DE CRÉER UNE RÉALITÉ

COMME VOUS LE SOUHAITEZ.

En fait, vous le faites déjà constamment.

Simplement, sans vous en rendre compte, vous l'avez fait jusqu'à présent. créé aléatoirement.

Ce qui induit probablement beaucoup de gens en erreur, c'est de croire que créer sa propre réalité est un processus simple...

Simple, oui, mais pas simpliste.

La Loi et la Promesse

Un jour, M. Isaac Newton se rendit dans le jardin de sa maison près de Londres, s'assit pour réfléchir sous un arbre et... boum, une pomme lui tomba sur la tête.

Il n'y aurait rien d'étrange à cela, si ce n'est que cette pomme est tombée pile sur la tête de Newton, l'un des scientifiques les plus influents de tous les temps (et qui, par conséquent, se posait des questions très, très pertinentes).

Ce petit « accident », longtemps considéré comme une métaphore historique mais confirmé plus tard dans le manuscrit de 1752 intitulé « Mémoires de la vie de Sir Isaac Newton » par son ami et collègue William Stukeley, lui a donné l'occasion de répondre à certaines de ses questions et de donner naissance à la célèbre et fondamentale loi de la gravitation universelle.

Après avoir parlé avec Newton et recueilli ses idées, Stukeley raconte¹⁷ :

« Lorsque la notion de force gravitationnelle lui est apparue pour la première fois , c'était à la chute d'une pomme alors qu'il était assis à contempler. »

« Pourquoi la pomme tombe-t-elle toujours perpendiculairement au sol ? » se demanda-t-il.

Parce qu'elle ne peut pas tomber latéralement ni vers le haut, mais semble toujours pointer vers le centre de la Terre.

La loi de la gravitation universelle stipule, en termes simples, que tout corps est attiré vers le centre de la Terre. C'est une loi, une loi physique.

Vous êtes d'accord jusqu'ici, n'est-ce pas ?

C'est pourquoi la pomme, en tombant de l'arbre, atterrit sur la tête de Newton. C'est pourquoi, si vous lancez un objet, il tombe verticalement vers le bas, et non à gauche ou à droite. Tout objet est attiré vers le centre de la Terre.

Mais quand la loi de la gravitation universelle s'applique-t-elle ?

Toujours.

Pourtant... si vous essayez de lancer un avion en papier, il ne tombera probablement pas droit.

Ça ira tout droit vers le haut, puis peut-être à gauche, puis à droite.

Pourquoi cela se produit-il ?

Et pourtant... toutes les planètes sont soumises à la force de gravité, les plus petites devraient tomber vers le centre du Soleil : pourtant elles y restent, toujours dans l'espace.

Encore une fois : pourquoi cela se produit-il ?

Bien sûr, les raisons sont différentes dans les deux exemples.

Mais la question que vous devriez vous poser est la suivante : que signifie le fait qu'un avion en papier ne tombe pas à la verticale ou que les petites planètes ne s'effondrent pas sur le Soleil ? Cela signifie-t-il que la loi de la gravité ne s'applique pas dans ces cas-là ?

Oui, ça fonctionne, la loi de la gravité fonctionne toujours, c'est juste que dans tous ces cas, d'autres forces entrent en jeu et même si elle est attirée par le centre de la Terre, la petite planète reste en lévitation et les petites planètes ne tombent pas dans le Soleil.

Le problème est que, connaissant seulement la simplification de la loi de la gravitation universelle, n'importe qui pourrait être induit en erreur et penser que, dans tous les cas où cette loi ne fonctionne pas, elle n'est pas valable.

La même chose se produit avec les lois de l'Univers, désormais confirmées par la physique quantique.

Ah oui, une précision : ici je l'ai appelée « Loi de l'Univers ».

J'aurais pu l'appeler la « Loi de l'Attraction », comme on l'appelle souvent, mais je crains de confondre mon propos avec la simplification extrême prônée par le courant de pensée que j'ai mentionné. C'est pourquoi « Loi de l'Univers » me semble une définition plus appropriée.

Voici ce que je pense, à la lumière de ce que je vous ai montré jusqu'à présent...

Quand la loi de la gravité s'applique-t-elle ?
Toujours.
Quand créez-vous votre réalité ?
Toujours.

Quand?
Toujours.
Quand?
Toujours. Toujours.

Toujours.

Même maintenant ? Oui.

Mais alors pourquoi ai-je parfois l'impression que tout cela ne fonctionne pas ?

Pourquoi est-ce que je pense parfois à quelque chose et que j'obtiens exactement le contraire ?

Eh bien, la réponse est simple : ce que vous pensez superficiellement est une chose, ce que vous « ressentez » profondément en est une autre (n'oubliez pas l'influence de votre conditionnement) ?

Mais, plus simplement, sachez que parfois d'autres forces entrent en jeu , dont vous ignorez la dynamique (ou plutôt, dont vous ignorez la dynamique), et qui détournent votre attention ailleurs.

Mais cela suffit à vous donner l'impression que ça ne fonctionne pas. Et cette perception peut parfois déclencher un « cycle de création de réalité » (et vous savez maintenant de quoi je parle), se confirmant de plus en plus (c'est-à-dire l'idée que « ça ne marche pas ») .

Comme si cela ne suffisait pas, souvent lorsqu'on voit ces cas (comme si l'on était sur le point de lancer le fameux avion), la réflexion suivante survient :

«Vous voyez ? L'avion ne tombe pas à la verticale.»

Donc la loi de la gravité ne fonctionne pas...

Et vous savez ce qui se passe ?

Il arrive que quelque chose s'installe dans votre esprit.

Un doute surgit...

Les conséquences de ce doute ? Vous auriez dû les comprendre maintenant...

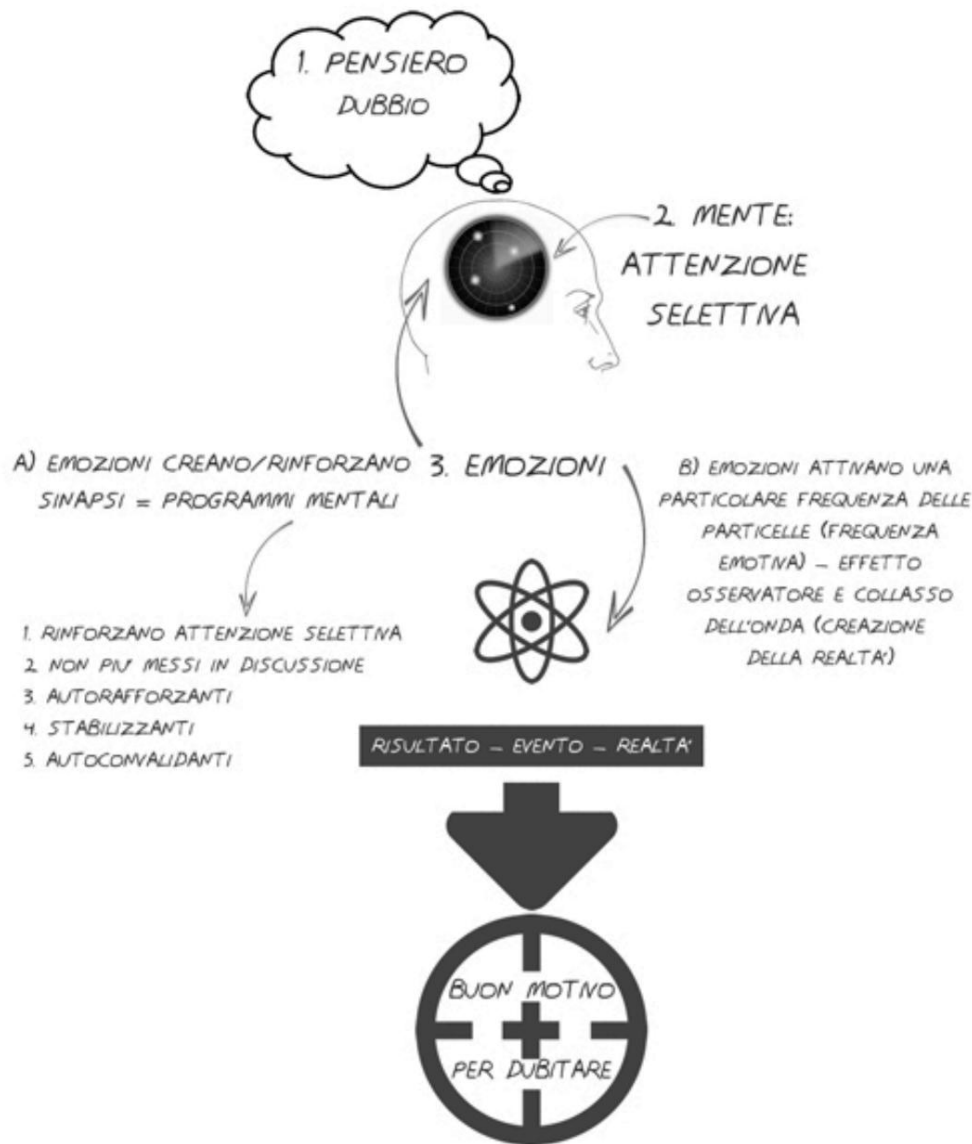


Schéma de pensée (Doute) - Événement : Comment nous créons la réalité.

Quand vous pensez que ça ne marche pas...

... N'OUBLIEZ PAS QUE C'EST UNE LOI : ÇA MARCHE TOUJOURS. ALORS AYEZ CONFIANCE (OU AU MOINS, CHANGEZ LA QUESTION).

Ce n'est pas un hasard si, dans mes recherches, j'ai souvent rencontré, et pas seulement dans des milieux « religieux », mais aussi (sans parler surtout) dans des milieux alchimiques, le concept de

« CROYEZ, DONC VOYEZ. »

Mais n'était-ce pas le contraire ? N'était-ce pas « VOIS, DONC TU CROIS » ?

Non, et maintenant je pense que vous commencez à comprendre pourquoi.

Vous commencez maintenant à comprendre des dynamiques plus profondes, des dynamiques qui vont au-delà des simplifications extrêmes que j'ai mentionnées et dont vous avez peut-être déjà entendu parler (comme la loi de l'attraction).

Voici pourquoi :

Dans les moments où vous avez l'impression que ça ne fonctionne pas, votre réaction ne devrait plus être « Ça ne marche pas », mais plutôt vous poser une question beaucoup plus pertinente : « Pourquoi suis-je en train de créer ce genre de réalité ? »

Un jour, il y a bien longtemps, un vieux fermier se réveilla et alla aux champs. En approchant des étables, il remarqua que les portes étaient ouvertes. Quelqu'un s'était introduit par effraction pendant la nuit et avait volé le bétail, emportant tous les bœufs dont il avait besoin pour travailler aux champs.

Le lendemain, le fermier rencontra son voisin. Évoquant l'incident, il s'exclama : « Quel malheur ! »

Et le fermier répondit : « Peut-être. »

Le lendemain matin, le fermier alla au marché avec son fils.

Au cours de ses pérégrinations, il rencontra un autre fermier qui avait décidé de cesser son activité, ayant trouvé de bonnes opportunités d'emploi en ville. C'est pourquoi il avait décidé de vendre tout son bétail, en bloc.

Les bœufs étaient très jeunes et robustes. Et comme leur propriétaire était pressé de partir, ils ont été vendus à un prix vraiment excellent, bien en dessous de leur valeur marchande.

L'agriculteur n'a visiblement pas laissé passer l'occasion et les a tous achetés ensemble.

Les bœufs, achetés à un prix dérisoire, étaient bien plus jeunes et robustes que ceux qu'il possédait auparavant. En quelques jours, le fermier constata que ces bœufs lui permettaient de tripler sa production.

Le voisin du fermier, le rencontrant plus tard et réalisant ce qui s'était passé, lui dit : « Quelle chance tu as eue ! »

Le fermier a répondu : « Peut-être. »

Les jours suivants, le travail devint plus frénétique.

Le fait que ces bœufs puissent produire davantage a permis au fermier de gagner beaucoup plus d'argent qu'auparavant.

Mais un jour, le fils, fatigué par le rythme effréné du travail, se laissa distraire en rangeant les outils dans l'écurie, eut un grave accident et se blessa à la main.

Un accident qui a malheureusement entraîné l'amputation complète d'un doigt.

Le voisin du fermier, ayant entendu ce qui s'était passé, alla le consoler et dit : « Bien sûr, mais quel malheur ! »

Le fermier, impassible, répondit : « Peut-être... »

Quelques semaines plus tard, une guerre soudaine et brutale éclata. Si soudaine que le roi dut appeler au front tous les jeunes hommes de moins de 30 ans en bonne santé.

Le fils du fermier avait moins de trente ans, mais on lui avait amputé un doigt. On ne pouvait certainement pas le considérer en bonne santé...

Une fois de plus, le voisin a dit : « Quelle chance... »

Et une fois de plus, le fermier répondit...

Exact.

Peut être...

Il se passe des choses qui ressemblent à des questions...

«Il se passe des choses qui ressemblent à des questions, un jour passe, ou des années, et puis la vie apporte des réponses.»

Alessandro Baricco l'écrit dans son livre Castelli di Rabbia.

Combien de fois avez-vous vécu des événements apparemment défavorables , mais dont vous avez découvert avec le temps qu'ils avaient une signification dans votre vie, ou qu'ils constituaient même la porte d'entrée vers un dénouement positif ?

Essayez d'y réfléchir.

L'argument est toujours le même : selon la loi de la gravité, tout corps est attiré vers le centre de la Terre, et cela est toujours vrai.

Cette loi, et non sa simplification, stipule que :

« Dans l'Univers, chaque point matériel attire tout autre point matériel avec une force directement proportionnelle au produit de leurs masses et inversement proportionnelle au carré de la distance qui les sépare. »

Moins compréhensible, mais plus complet.

L'essentiel, c'est que vous créez toujours votre propre réalité.
Mais parfois, d'autres forces entrent en jeu. C'est tout.

Voici mon point de vue sur tout cela : la vie nous offre parfois des occasions d'apprendre, des moments pour nous élever.

Non seulement nous portons en nous, depuis notre naissance, des cycles et des histoires (certains disent même que nous portons des histoires remontant jusqu'à 9 générations avant la nôtre !...) , mais tant que nous n'en avons pas tiré la leçon, nous restons au même niveau et cette histoire continue de se répéter sous une forme différente.

Comme un effet récurrent.

Avez-vous déjà eu l'impression de revivre la même vieille histoire ?

La loi et la promesse : plus rien ne sera jamais comme avant.

Une étude récente menée par des chercheurs de la faculté de médecine de l'université de New York et de l'université du Michigan a montré que 18 ...

« Avant même d'avoir leurs propres expériences, les nouveau-nés peuvent acquérir des phobies et des peurs développées par leurs mères en raison de traumatismes vécus avant leur naissance. »

Une fois de plus, vous avez une pensée, un « programme » dans votre cerveau.

Même avant votre naissance (puisque vous n'étiez pas complètement « tabula rasa » à la naissance ?).

Domage... cette pensée n'est pas toujours la vôtre.

Jacek Debiec, l'un des auteurs de l'étude, a déclaré¹⁹ :

Nos recherches démontrent que, même avant d'avoir leurs propres expériences, les nourrissons peuvent acquérir celles de leur mère en les déduisant de ses expressions de peur. Plus important encore, ces souvenirs maternels transmis sont durables, tandis que d'autres types d'apprentissage infantile, s'ils ne sont pas renforcés par la répétition, s'estompent rapidement.

Cela ne signifie qu'une chose : nous ne vivons pas seulement notre propre histoire, mais aussi, d'une certaine manière, l'histoire de ceux qui nous ont précédés, de nos parents, de nos ancêtres.

Non seulement au niveau de la programmation mentale « rationnelle », mais aussi, comme vous venez de le voir, à un autre niveau.

Voilà pourquoi je dis cela :

NOUS CRÉONS LA RÉALITÉ À CHAQUE INSTANT DE NOTRE VIE,
même lorsqu'il semble que cette loi

Ça ne marche pas, ça le fait vraiment.

C'est toujours vrai, à 100%.

Parfois, il s'agit de clore des cycles du passé, d'autres fois, il s'agit d'en tirer des leçons.

En tout cas, pour y parvenir, j'ai eu l'idée que la vie utilise des « expériences ».

L'expérience est le professeur le plus sévère : elle vous montre d'abord la leçon, puis elle vous l'explique.

Nous voici donc au cœur de cette parenthèse, que j'ai ouverte avec la section « La loi et la promesse ». J'estimais personnellement essentiel de l'écrire pour que vous puissiez bien comprendre et appliquer ce que nous disons (ainsi qu'une obligation éthique et morale de ma part envers vous).

LES LOIS DE L'UNIVERS – transmises depuis des milliers d'années par les courants religieux les plus influents, par les philosophies orientales et occidentales les plus importantes de tous les temps et aujourd'hui confirmées par la physique quantique – **FONCTIONNENT TOUJOURS** .

Après des années d'études, j'y crois fermement .

Vous êtes bien sûr libre de croire ou de ne pas croire, de chercher avec un esprit ouvert, ou même avec un esprit fermé. En bref : faites ce que vous jugez bon.

Essayez simplement de choisir par vous-même, ne laissez pas les autres choisir pour vous, pas même vos anciens programmes, pas même le programme « faisant autorité » des médias et cette partie du groupe de scientifiques « sceptiques à tout prix ».

En tout cas, pour moi, c'est cela la Loi, et comme vous l'avez vu à plusieurs reprises dans le livre, je me réfère à cela comme étant la Loi.

Pour moi, c'est le droit, et je crois que quiconque a suivi un parcours de recherche comme le mien penserait autant (c'est pourquoi j'ai essayé de vous faire suivre le mien, autant que possible, dans un livre).

Et voici la Loi :

VOUS CRÉEZ VOTRE RÉALITÉ À CHAQUE INSTANT.

Toujours.
Dans 100 % des cas.

Cette discussion pourrait être approfondie, mais cela nécessiterait un ouvrage distinct.

Permettez-moi de vous dire ceci : au lieu de douter, si jamais vous vous dites « ça ne marche pas, pas cette fois »... eh bien, dans ce cas, essayez d'avoir foi, ou du moins faites un effort et changez la question : Pourquoi suis-je en train de créer cette réalité ?

Au début, vous devrez faire un effort ; mais ensuite cela deviendra votre « programme », cela deviendra une compétence inconsciente.

« Pour obtenir de bonnes réponses, il faut poser de bonnes questions. »

Vous auriez dû parfaitement le comprendre maintenant.

VOUS CRÉEZ VOTRE PROPRE RÉALITÉ, TOUJOURS.

C'est la loi.

Ma promesse, ma promesse personnelle, est que si vous faites preuve de suffisamment d'ouverture d'esprit et que vous suivez les étapes que nous avons identifiées et que nous vous présenterons en quelques pages, plus rien ne sera jamais comme avant.

Plus jamais, exactement.

La promesse est que RIEN NE SERA PLUS JAMAIS PAREIL.

Voilà ce qui m'est arrivé.

Voilà ce que je vois se produire chaque jour pour des dizaines, voire des centaines de personnes.

Plus rien ne sera jamais comme avant.

Nous sommes immergés « sur le terrain » : nous ne nous en rendons simplement pas compte.

Vous commencez peut-être à comprendre pourquoi JL a vendu non seulement l'appartement, mais aussi le penthouse, celui qui rapportait le plus. Vous commencez peut-être à comprendre pourquoi son fils a non seulement gagné en confiance, mais a aussi entendu des filles dire qu'il était beau...

Notre cerveau et nos pensées influencent la réalité à des niveaux qui dépassent de loin votre imagination, des niveaux que vous commencez seulement à comprendre.

Puisque nous sommes tous immergés dans l'éther, c'est comme si nous étions intimement connectés au Tout, à travers un champ dont nous n'avons pas conscience mais qui est beaucoup plus RÉEL que vous ne pouvez l'imaginer.

Le champ dont nous parlons est le champ électromagnétique.

Il est connu que tout ce qui possède des propriétés électriques possède par conséquent des propriétés électromagnétiques.

Les humains en ont donc aussi ? Bien sûr que oui. J'y pensais

justement : vous faites un électroencéphalogramme ?

Quoi

il y a

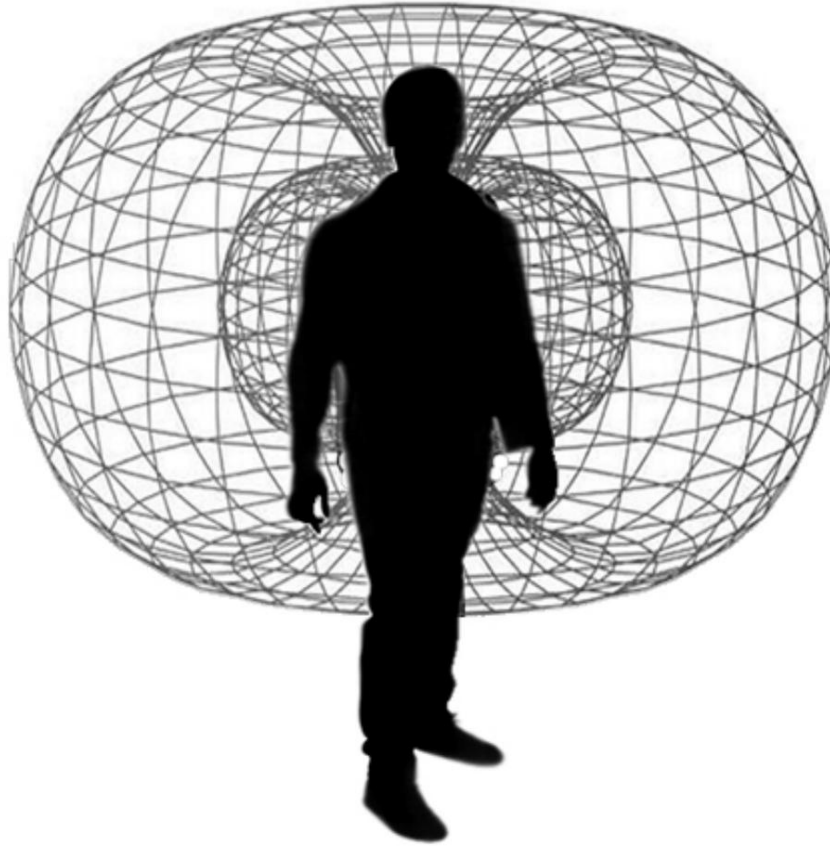
Il mesure l'activité électrique du cerveau, une activité électrique qui change en fonction de notre état .

Non seulement le cerveau possède des propriétés électriques, mais l'être humain, en tant qu'individu, en possède également.

Des études récentes ont montré que le champ électromagnétique le plus puissant n'est pas celui généré par le cerveau... mais celui généré par le cœur.

ATTENTION : Il ne s'agit pas ici de bonnes sensations, mais d'un véritable champ électromagnétique, si réel qu'il peut être rendu visible et mesuré.

En fait, lors des séminaires en direct « Le pouvoir du cerveau quantique », je peux faire en sorte que tous les participants le voient, de manière tangible et réelle, de leurs propres yeux, grâce à un outil très simple.



Champ électromagnétique humain.

Réfléchissez-y : que se passerait-il si deux champs électromagnétiques se rencontraient ?

Les champs électromagnétiques, c'est facile à comprendre : ce sont des choses tangibles et réelles.

Que se passe-t-il lorsque deux champs électromagnétiques se rencontrent ?

Peut-être ne savez-vous pas exactement ce qui pourrait arriver aujourd'hui.

Vous ne savez peut-être pas comment cela peut arriver.

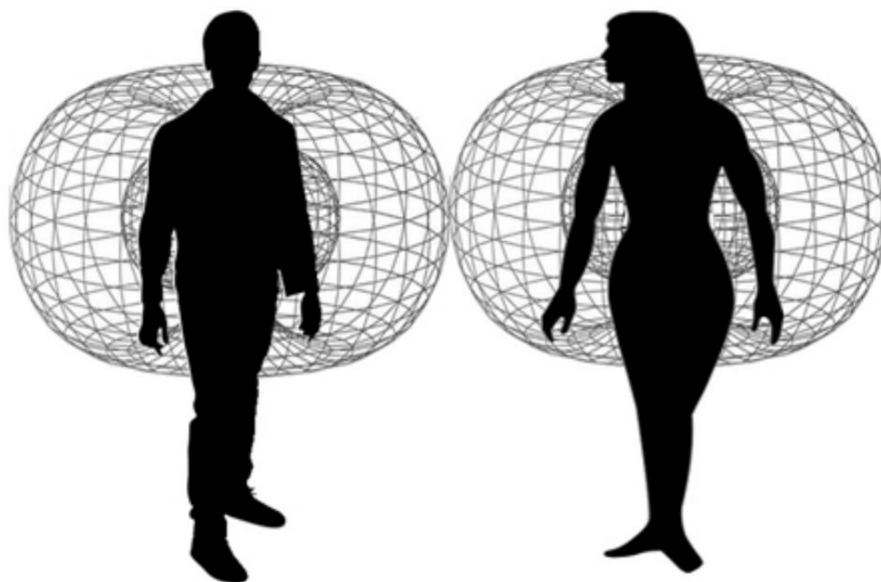
Mais je pense que vous serez d'accord avec moi pour dire qu'il serait pour le moins « improbable » que la rencontre de deux champs électromagnétiques, deux choses bien réelles ... ne produise absolument rien.

Êtes-vous d'accord?

Il serait en effet très improbable que rien ne se passe.

En fait, à ma connaissance, c'est absolument impossible.

Eh bien, je vous invite alors à réfléchir au fait que nous entrons continuellement en contact avec le champ électromagnétique d'autres personnes.



Champ électromagnétique humain : rencontre des champs.

Je vous invite également à réfléchir au fait que non seulement les humains possèdent un champ électromagnétique, mais que tout ce qui nous entoure en possède un.

Même l'éther, oui.

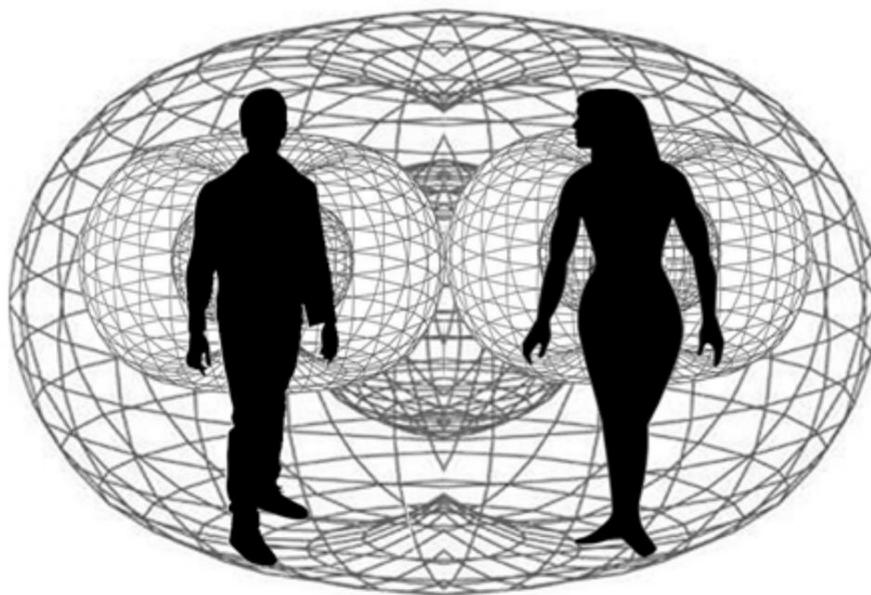
Le scientifique Nikola Tesla (considéré par certains comme « l'inventeur du XXI^e siècle ») était apparemment capable de créer de l'électricité à partir de rien en exploitant et en rendant disponible l'énergie contenue dans l'éther.

Ce n'est pas de la science-fiction, c'est de la science.

Aujourd'hui, certaines de ses expériences ont été reproduites et il semble qu'elles puissent être rendues accessibles à tous (ne me demandez pas pourquoi nous continuons à utiliser des combustibles fossiles pour créer de l'énergie aujourd'hui...).

Oui, il semblerait que Nikola Tesla ait obtenu de l'énergie du « vide quantique ». Oui, car tout est énergie.

La vérité est que nous sommes tous immergés dans un vaste champ : le champ électromagnétique... Et comme vous l'avez peut-être déjà constaté il y a quelques pages, toute modification d'un élément du système affecte les autres éléments du système lui-même (intrication quantique).



Le champ électromagnétique.

En amour, deux cœurs battent véritablement à l'unisson. Une étude récente du Dr Emilio Ferrer, professeur de psychologie à l'Université de Californie, a démontré qu'en amour, deux cœurs battent véritablement à l'unisson.²⁰

Cette étude fascinante a démontré que si deux individus ne sont pas ensemble, ils ont tendance à ne pas être synchrones, ni sur le plan respiratoire ni sur le plan cardiaque.

Cela arrive à ceux qui s'aiment...

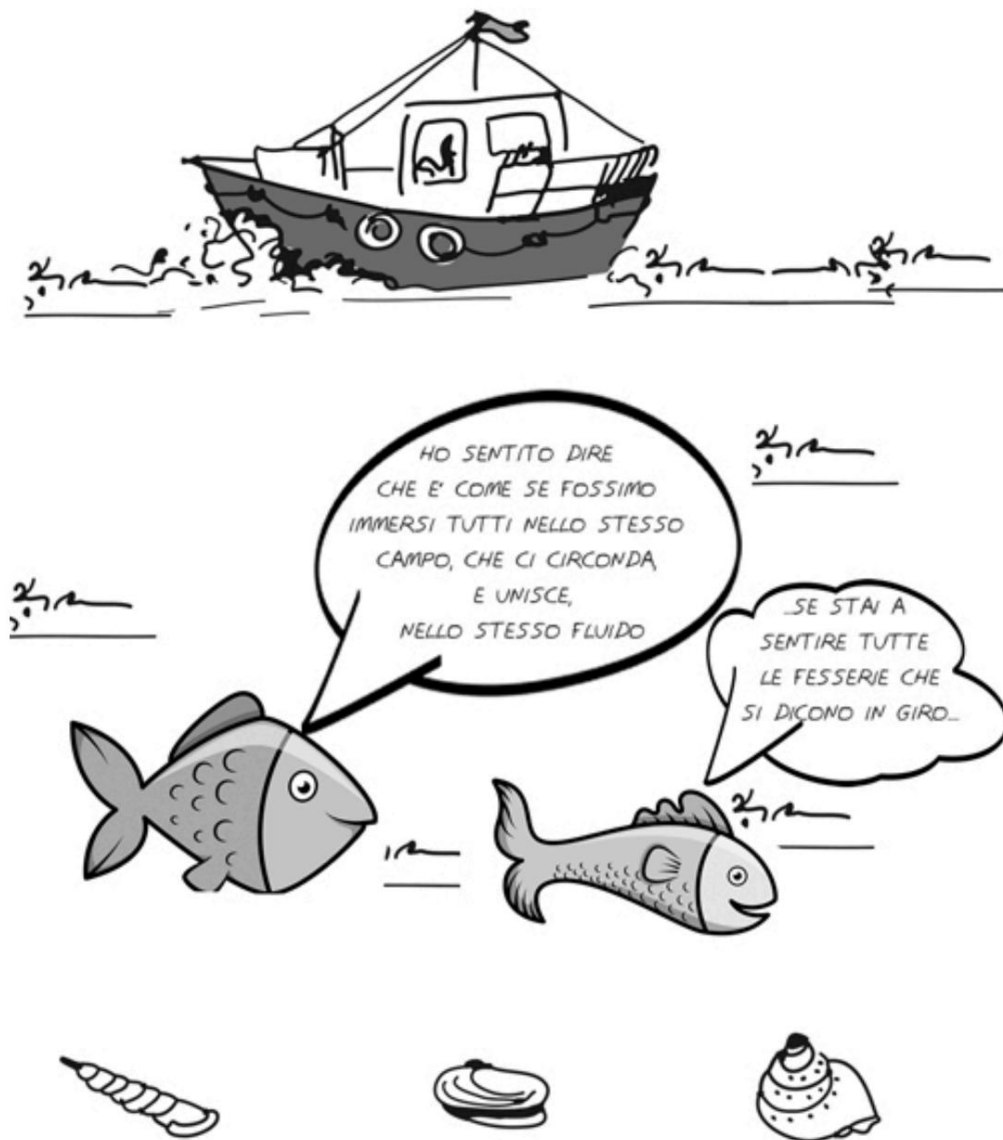
Chaque modification apportée à un élément du système affecte les autres éléments du système lui-même, qui restent connectés et « enchevêtrés » les uns avec les autres.

Je pense à deux amoureux, je pense à une mère ou un père avec son enfant.

Cela se produit chez les hommes, mais pas seulement : aussi avec tout ce qui nous entoure, précisément.

Nous sommes dedans, nous sommes immergés dans le terrain.

C'est pourquoi nous ne le remarquons pas.



Non seulement ce champ nous rend intimement interconnectés à tout (même à un niveau non local, comme vous l'avez vu dans les expériences de polygraphe du Dr Backster), mais, par le biais du changement d'état (qui provoque également un

La modification électromagnétique donne lieu à l'effet d'observation qui provoque l'effondrement de l'onde.

Comme l'ont démontré l'expérience des fentes de Young et des centaines d'autres expériences, nous sommes capables d'influencer la réalité.

Non seulement cela : d'une certaine manière , même pour le créer.

C'est simple, pas simpliste (et ça marche). Chroniques de l'Akasha : L'effet Maharishi et les miracles de l'esprit

Akasha est le terme sanskrit pour éther, un terme également utilisé dans l'hindouisme pour désigner l'essence fondamentale de toutes choses dans le monde matériel.

Parmi les expériences les plus intéressantes dans ce domaine et sur la façon dont l'homme peut modifier les événements, figurent celles dont les résultats ont été publiés entre les années 70 et 80 et qui ont statistiquement vérifié ce qu'on appelait « l'effet [Maharishi](#) ».

Maharishi Mahesh était un yogi indien, diplômé en physique, dont la renommée s'est étendue au monde entier dans les années 1970. Il avait mis au point une technique et déclaré que...

Un certain nombre de personnes unies par une même pensée peuvent exercer une influence sur la conscience collective, engendrant une série de résultats visibles, concrets et mesurables.

Nous sommes tous intimement liés et chaque changement que nous apportons a des répercussions sur tout ce qui nous entoure.

même à un niveau non local – donc rien d'étrange ne semble se produire (du moins pour vous qui avez lu jusqu'ici).

Mais, une fois de plus, que se serait-il passé si ce concept théoriquement « connu » avait été mis à l'épreuve dans la réalité ?

Ce qui se serait passé... nous le savons avec certitude.

En réalité, l'affirmation de Maharishi a été vérifiée et rendue publique pour la première fois en 1976.

L'expérience qui a permis de tester cet effet était assez simple.

Une communauté de bénévoles a été sollicitée pour animer un programme de méditation visant à promouvoir la paix dans les zones urbaines de quatre villes américaines.

L'expérience a été lancée et, pour mesurer ses effets, un chiffre officiel a été utilisé : le « taux de criminalité » de cette zone, tel que calculé par les autorités locales.

Le résultat ?

Il a été constaté que lorsque 1 % d'une communauté pratiquait un programme de méditation pour la paix, le taux de criminalité diminuait en moyenne de 16 % !

En résumé : on a estimé que la cohérence générée par un groupe de méditants égal à la racine carrée de 1 % de la population avait le pouvoir d'influencer « mesurablement » la qualité de vie de l'ensemble de la population.

Pour donner quelques exemples, selon cette logique :

- Un groupe de 200 pratiquants pourrait produire des résultats significatifs et détectables dans une ville de 4 millions d'habitants (200 au carré multiplié par 100).
- Un groupe de 1 600 pratiquants pourrait influencer l'ensemble de la population des États-Unis et, dans les mêmes proportions, un groupe de 8 400 participants à une méditation synchronisée pourrait agir instantanément sur la population totale de la planète.

Parmi les analyses statistiques les plus importantes sur ce type d'effet figurent celles publiées en 1987.

L'étude a montré une diminution d'environ 11 % des crimes violents dans le district de Washington DC, de la criminalité totale dans la région métropolitaine de Manille (Philippines) et dans la zone du territoire de l'Union de Delhi (Inde).

Un autre cas ?

Une autre « coïncidence », comme celles que Marshall « craignait » d'avoir rencontrées ?

Le facteur « p » (c'est-à-dire la probabilité estimée que la baisse du taux de criminalité se soit produite « par hasard » ou « par chance », c'est-à-dire sans lien de causalité avec la méditation de masse) a été calculé à 0,01, 0,005 et 0,001 respectivement, ce qui est considéré comme un résultat d'excellente valeur probante dans les sciences sociales.

Le professeur David Edwards (professeur de sciences politiques à l'Université du Texas à Austin) a déclaré :

« L'impact potentiel de cette recherche dépasse celui de tout autre programme de recherche sociale ou psychologique actuel. Elle a résisté à un nombre bien plus important de tests statistiques que toute autre recherche dans le domaine de la résolution des conflits. Ce travail et la théorie qui le sous-tend méritent la plus grande considération de la part des chercheurs et des décideurs politiques. »

La pensée crée la réalité. C'est simple, pas simpliste. Et ça marche. Toujours.

Mais quelle coïncidence... des coïncidences significatives et des événements synchroniques

Avez-vous déjà vécu un de ces moments où tout semble aller pour le mieux ?

Oui?

Et au lieu de cela, un de ces moments où tout semble aller de travers ? (Je vous vois presque hocher la tête... Oui, la fameuse bulle de dialogue de Fantozzi !).

Peut-être avez-vous même dit ou pensé : « C'est vrai, un problème entraîne un autre. »

La vérité, c'est que dans ces moments-là, non seulement c'est l'impression que ça donne, mais c'est exactement comme ça : tout ne va que dans une seule direction.

Serait-ce une coïncidence ?

Simple coïncidence ?

Il y a deux raisons à cela...

Raison 1 :

VOS PENSÉES

Vous connaissez désormais le schéma cause-effet, pensée-événement.

Je vous le rapporte ici pour votre commodité, cette fois-ci de manière légèrement plus complète afin que vous puissiez en avoir une vue d'ensemble.

Dans ce cas précis, je ne l'ai pas rempli : remplissez-le vous-même afin de vous entraîner et d'essayer d'imaginer le chemin qui mène de la pensée à l'événement.

N'oubliez pas : si vous commencez à considérer les choses sous cet angle (et nous vous expliquerons dans quelques pages comment programmer votre cerveau pour y parvenir), vous ne serez plus l'effet d'une cause, mais la cause d'un effet.

En suivant simplement ce schéma, vous pouvez comprendre pourquoi, à certains moments, tout va réellement dans une direction ou dans une autre.

Un autre.

Mais je vous disais qu'il y a une deuxième raison...

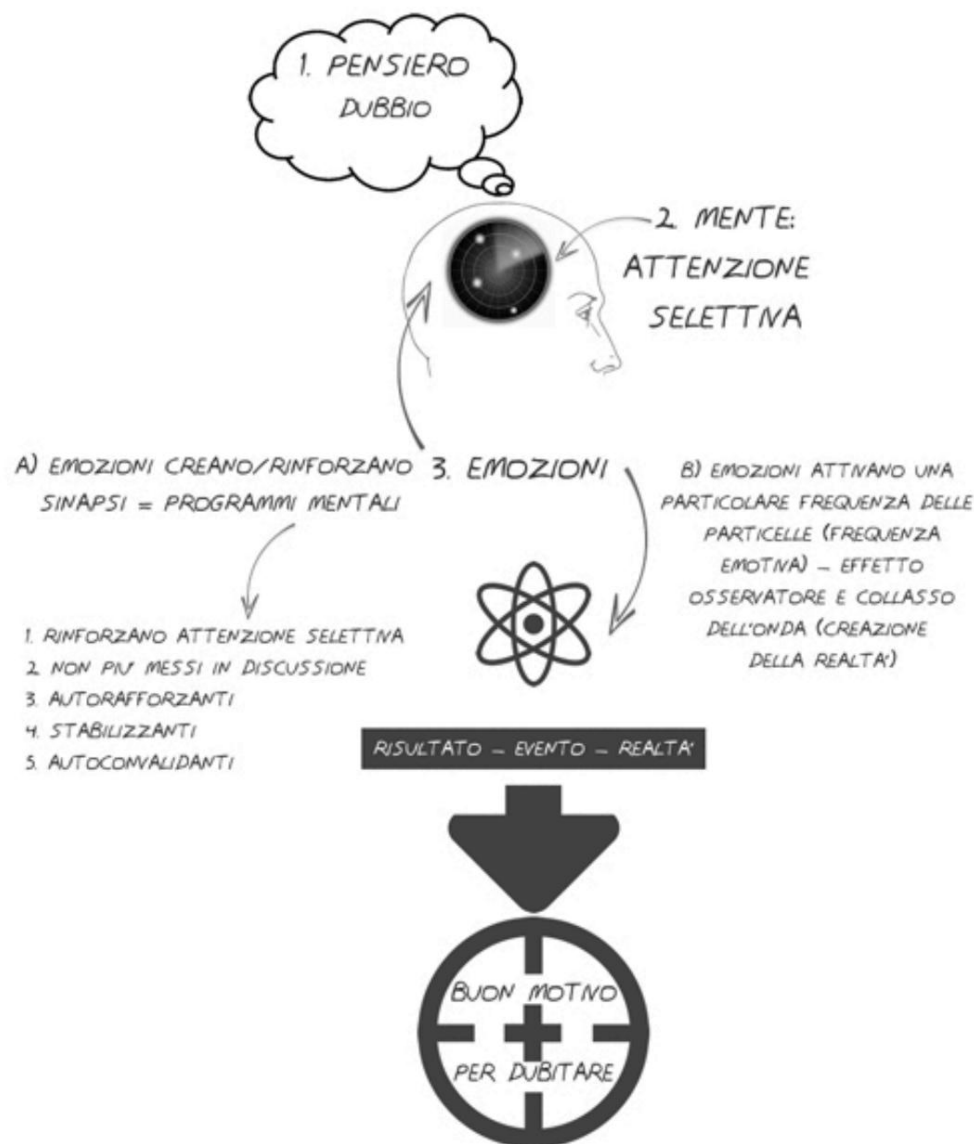


Schéma complet pensée-événement : comment nous créons la réalité.

Raison 2 :

COÏNCIDENCES SIGNIFICATIVES ET ÉVÉNEMENTS

SYNCHRONIQUES Ce que nous appelons parfois coïncidences ou hasard sont en réalité des événements largement étudiés.

Comme je l'ai mentionné il y a quelques pages, un travail remarquable a été accompli dans ce domaine par les psychiatres et

L'anthropologue suisse Carl Gustav Jung en compagnie du lauréat du prix Nobel de physique Wolfgang Pauli.

Ces deux personnalités éminentes, d'une grande rigueur scientifique, ont étudié ce que l'on appelait communément des « coïncidences dues au hasard », établissant plutôt de nouveaux termes : « COÏNCIDENCES SIGNIFICATIVES » ou « ÉVÉNEMENTS SYNCHRONES ».

Une coïncidence significative ou un événement synchrone résulte de deux ou plusieurs événements liés par une relation de contenu significatif similaire.

Comme on dit... rien n'est dû au hasard.

Wolfgang Pauli lui-même – physicien théoricien reconnu et lauréat du prix Nobel pour le principe d'exclusion – a continuellement constaté dans sa vie la récurrence de certains événements liés par des contenus significatifs similaires.

Bien qu'il fût un physicien respecté, Pauli avait la réputation de ruiner les expériences par sa seule présence. Coïncidence ?

Chaque fois qu'il entrait dans un laboratoire... il se passait quelque chose. Des machines coûteuses tombaient en panne, un incendie se déclarait, et toute une série d'événements similaires se produisaient, à tel point que le phénomène fut baptisé « effet Pauli » dans le secteur.

Cet effet – auquel aucun scientifique n'aurait jamais dû croire – a contraint des esprits scientifiques estimés et inébranlables, tels que le physicien Otto Stern, à avertir Pauli de ne plus jamais remettre les pieds dans son laboratoire.

Ce que nous prenons pour du hasard est en réalité très souvent le résultat d'un événement synchronistique que l'on peut également définir comme une coïncidence significative.

Coïncidences significatives et événements synchronistiques : pourquoi cela se produit-il ? Voici la matrice des événements...

C'est un autre sujet qui nécessiterait un livre entier, mais j'ai décidé au moins de présenter le principe afin que vous puissiez vous faire une idée de pourquoi cela se produit.

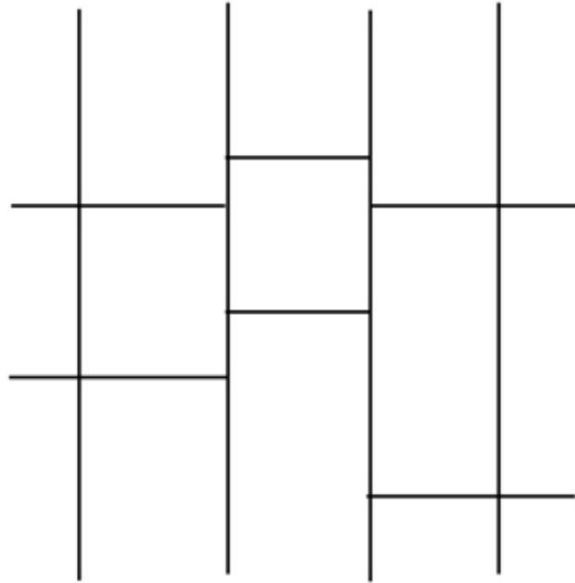
À la lumière de mes recherches, j'aime personnellement inscrire nos expériences de vie dans un cadre plus large, au sein d'une matrice d'événements qui façonnent notre histoire. Et cela pourrait, bien sûr, également s'appliquer à votre histoire.

Selon cette façon de voir les choses, votre position
La situation actuelle est due à une série de facteurs :

- La somme de vos petites décisions.
- Les cycles qui restent à accomplir.
- Les leçons que vous avez apprises.
- Celles qu'il vous reste à apprendre.
- L'histoire de vos parents et ancêtres.
- Vos pensées.

Sans compter toute une série d'autres facteurs qu'il n'est pas opportun d'aborder en détail pour le moment.

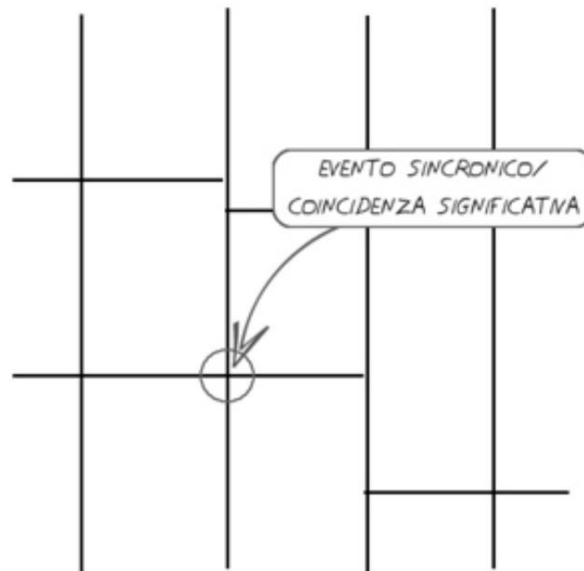
Lorsque vous êtes EXCENTRIQUE, c'est comme si cette grille, qui représente la matrice des événements, n'était pas alignée : en bref, ces points ne se rencontrent pas.



Matrice d'événements - non centrée.

Lorsque vous êtes CENTRÉ (et nous expliquerons prochainement comment PROGRAMMER votre cerveau pour y parvenir), les points ont tendance à se rejoindre.

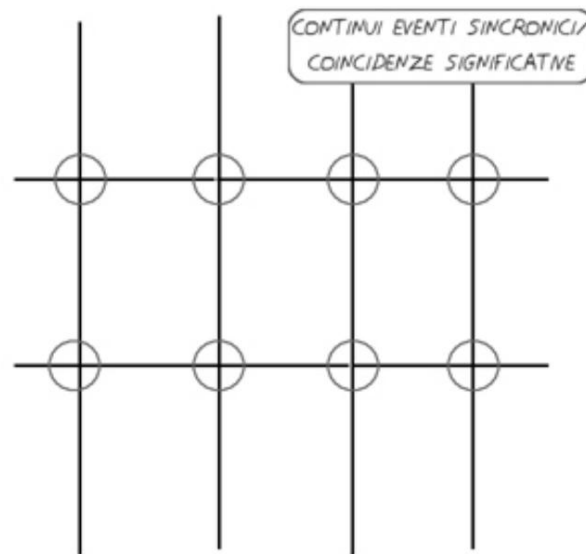
Au point de rencontre, se produisent ce que l'on appelle des « coïncidences significatives » (ou des « événements synchronistiques »).



Matrice d'événements - centrage partiel.

Lorsque nous sommes totalement centrés, nous créons notre propre réalité, nous sommes maîtres du jeu et en parfaite harmonie avec tout ce qui nous entoure.

La vie devient une expérience magique, où les mots volonté, lutte et effort sont remplacés par le flux des mots.



Matrice d'événements - centrage total.

Dans la vie , tout a une raison d'être et à ce niveau (vous découvrirez dans quelques pages comment accéder à ce « niveau »), non seulement les choses se produisent spontanément, mais nous sommes nous-mêmes capables de les faire se produire.

Non seulement nous commençons à remarquer des événements synchronistiques et des coïncidences significatives, mais nous les générons nous-mêmes.

Ce qui arrive : tout a un sens dans la vie

«Il se passe des choses qui ressemblent à des questions, un jour passe, ou des années, et puis la vie apporte des réponses.»

Je vous ai déjà rapporté cette citation de Baricco, mais je tiens à la répéter : je tiens à la répéter parce qu'il y a des moments où

Il se passe des choses qui vous font réfléchir...

Oui, nous en avons longuement parlé... c'est arrivé à JL aussi, tu te souviens ? Un événement apparemment négatif et malheureux, mais ce n'était pas un événement ordinaire, il l'avait compris.

Qui a créé ce moment ? Lui-même, bien sûr.

Ce qu'il n'avait pas vraiment compris à l'époque, c'est que même cet événement apparemment négatif avait une raison d'être.

Il ignorait qu'il avait vécu une coïncidence significative, un événement synchronistique.

Dans ces moments-là, j'ai appris à me répéter : « Tout se passera comme prévu. »

Même si je ne sais pas pourquoi, je sais que ce qui se passe est ce qu'il y a de mieux qui puisse arriver en ce moment.

Au départ, il s'agit davantage d'un acte de foi que d'une véritable croyance.

Au début, vous le dites, mais aussitôt après vous vous demandez : « Qu'est-ce que je suis en train de dire ? »

Vous le dites au début, mais le simple fait de le dire vous met presque en colère.

Puis, le simple fait d'y penser... fait naître quelque chose de magique, de spécial.

Oui, même si vous ignorez pourquoi cela se produit, vous savez désormais que tout dans votre vie a un sens. Même le fait que vous lisiez ce livre. Non, ce n'est pas un hasard.

J'aime voir les choses comme ça : chaque fois qu'il se passe quelque chose, c'est comme une question...

- Cela peut être une leçon à apprendre (et, tant que vous ne l'aurez pas apprise, la vie vous la rappellera sans cesse).
- Cela peut être un cycle à boucler.
- Cela peut être...

La bonne nouvelle, c'est que dans ces moments-là, il y a quelque chose qui peut vraiment faire la différence : vous.

Ce quelque chose, c'est toujours vous. Vous et vos pensées.

Vous êtes toujours celui qui est aux commandes (c'est-à-dire celui qui a la capacité de répondre), vous êtes toujours le créateur (certaines religions et écoles de pensée étaient déjà parvenues à cette conclusion il y a des centaines d'années), et par conséquent, c'est toujours vous qui, si vous le souhaitez, si vous vous RÉAPPROPRIEZ ce pouvoir (nous verrons comment plus tard), pouvez DÉCIDER de ce qu'il faut faire, quels que soient vos programmes mentaux.

Tout semble aller de travers ?

- Vous pourrez décider de vous mettre en colère contre vous-même et contre le monde.

Vous pouvez choisir de vous emporter et de tout jeter à la poubelle. Ou vous pouvez choisir de rester ouvert d'esprit et de vous accorder un petit acte de foi...

Alors un jour, ou des années, passera, et vous comprendrez pourquoi c'est arrivé. Et vous découvrirez inévitablement que... non, ce n'était pas une coïncidence. Et (si vous avez bien préparé le terrain) non, ce n'était pas un événement véritablement négatif.

Steve Jobs, de l'université de Stanford, a déclaré...

« On ne peut pas relier les points en regardant vers l'avenir, on ne peut les relier qu'en se retournant et en regardant vers l'arrière. »
Il faut donc avoir foi qu'à l'avenir, les choses finiront par s'éclaircir d'une manière ou d'une autre.

Le choix vous appartient... à ce énième carrefour auquel vous vous trouverez confronté.

Après des années d'études, j'en suis convaincu : tout dans la vie a un POURQUOI .

Un jour, j'étais avec mon fils Manuel, qui devait avoir cinq ans à l'époque, et avec un ballon sous le bras, nous nous sommes dirigés vers l'oratoire pour faire une petite partie de football.

C'était dimanche et j'arrivais à la porte de l'oratoire
Nous l'avons trouvé fermé.

Imaginez la déception d'un petit garçon de cinq ans trouvant ce portail fermé.

Mais il ne s'est pas découragé et m'a dit : « Papa, allons à l'autre parc alors. »

J'ai répondu : « Pas dans l'autre parc, Manuel. »

Il a répondu : « Pourquoi pas ? »

Et moi : « Pourquoi pas là-bas ? »

Et Manuel de nouveau : « Mais pourquoi pas, papa ? »

J'avais en réalité mes raisons de ne pas vouloir aller dans ce parc en particulier, mais je ne pensais pas que cela valait la peine de les expliquer, alors, usant un peu de mon « pouvoir parental », j'ai ajouté : « Manuel, pas là-bas parce que j'ai dit non ! »

Manuel m'a regardé droit dans les yeux et a répété : « Je comprends que tu aies dit non, papa, mais je veux savoir POURQUOI. »

Je me suis retrouvé dans une situation délicate et j'ai dit quelque chose comme : « Parce que je n'en ai pas envie là-bas, Manuel. »

Il y eut un bref silence, puis Manuel conclut : « D'accord, parce que tu n'en as pas envie. Voilà une réponse que j'accepte, papa : n'es-tu pas celui qui dit toujours qu'il y a un POURQUOI aux choses... »

J'en suis restée sans voix et je me souviens toujours de cet épisode avec une pointe d'émotion.

Que les enfants sont beaux, et comme ils apprennent vite !

Si vous leur dites quelque chose, ils le font tout simplement, sans poser trop de questions.

C'est pourquoi la méthode avait si bien fonctionné avec le fils de JL : il n'avait pas posé de questions, il avait simplement agi... c'est pourquoi elle avait si bien fonctionné même dans sa version la plus primitive.

MANUEL AVAIT RAISON

(merci de me le rappeler, champion) : tout a un POURQUOI
dans la vie,

même si nous ne le comprenons pas sur le moment.

Chaque fois que vous pensez à quelque chose,
c'est comme si vous programmiez un événement
futur : des prophéties autoréalisatrices.

Il y a quelque temps, j'ai connu une mère très anxieuse.
Non seulement elle surveillait constamment son fils, l'avertissant du
moindre danger dans la salle à manger (et même dans la salle de bain et
la chambre), mais elle était si anxieuse qu'elle répétait sans cesse des
choses comme : « Tu verras, son anniversaire arrivera et Carlo sera
malade ! Le pauvre, il ne pourra pas le fêter comme il faut ! » [NOTE : J'ai
changé le nom de l'enfant pour préserver son anonymat.] « Tu verras, le
jour de sa rentrée en maternelle arrivera et ils le mettront dans la classe
de cet enfant désagréable, le dernier avec qui je voudrais que mon fils
soit ! »

Tout cela, en résumé.
Sais-tu ce qui s'est passé ?

Carlo est tombé malade le jour de son anniversaire.

Et ça, dès la maternelle... Je ne vais pas continuer, vous avez déjà compris.

Avez-vous déjà vécu un événement et pensé... « Voilà, je le savais ! »

Réfléchissez-y. Parmi les nombreux facteurs qui ont contribué à cet événement, il
est fort probable qu'il se soit produit aussi pour cette raison : parce que vous le saviez.
À un certain niveau , vous l'avez vous-même favorisé, voire planifié dans certains cas.

Chaque fois que vous pensez à quelque
chose, c'est comme si vous
planifiez un événement futur.

C'est le pouvoir extraordinaire «caché» de votre cerveau.

C'est le pouvoir du cerveau quantique.

- « J'ai une nouvelle voiture : il ne s'est jamais rien passé avec l'autre, tu vas voir comment je vais m'en sortir avec celle-ci »... et paf, tu sors avec cette voiture et tu te retrouves avec une égratignure, un impact !
Un vrai classique ? •

« J'ai un nouveau costume, je vais sortir, tu verras que je vais me tacher au petit-déjeuner »... et hop, une tache de café ou de cappuccino sur la chemise !

Vous devriez maintenant avoir compris que même ces « histoires » de programmation ordinaire ne sont pas de simples légendes populaires ou des anecdotes qui vous sont arrivées par hasard... mais le fruit conjoint d'au moins deux facteurs.

Pour confirmer ces résultats, analysons-les ensemble.

Facteur 1 :

LE POUVOIR DU CERVEAU

La simple pensée d'abîmer la voiture me terrifiait.

Cet état de peur vous a amené à prendre la décision de conduire différemment de d'habitude.

Le résultat fut que vous n'étiez plus un conducteur né.

Le résultat , c'est que vous avez rayé la voiture...

Facteur 2 :

LE POUVOIR DU CERVEAU QUANTIQUE

Vous savez maintenant que non seulement cet événement a été causé par vous, mais que, d'une manière ou d'une autre, le décalage électromagnétique et le changement dans vos pensées ont influencé la réalité environnante, plaçant sur votre chemin la personne même qui aurait percuté votre voiture.

Ou en mettant cette tasse glissante entre vos mains.

Ce sont des exemples volontairement simples pour bien mettre en évidence la dynamique des choses.

Commencez-vous à remarquer des schémas récurrents dans votre vie ?
Commencez-vous à voir tout ce qui vous entoure sous
cet angle nouveau ?

Voici quelques exemples que j'ai réalisés...

- J'étais encore dans l'armée et nous participions à des exercices de l'OTAN.

Des inspecteurs venus de toute l'Europe sont venus évaluer notre travail, passant devant les soldats et leur posant des questions.

Il régnait un climat de peur généralisée ... chez tout le monde, sauf chez moi.

J'étais très calme et tranquille, et, ô surprise, il se trouve que j'avais un Espagnol comme inspecteur.

Ma femme est née à Cuba, donc naturellement je parle assez bien espagnol.

Et bien sûr, comme je parle espagnol, je me suis immédiatement tourné vers l'inspecteur et j'ai dit : todo bien ?

Vous pouvez imaginer la suite. L'inspecteur, surpris de découvrir que je parlais espagnol, fut très impressionné et amusé. Nous avons donc entamé diverses discussions.

Résultat : aucun à l'entraînement.

Oh oui, j'ai eu beaucoup de chance...

Un jour, la police m'a arrêté à la douane...

L'attitude extrêmement intimidante qu'ils ont eue à mon égard à ce moment-là m'a profondément marquée. J'y ai repensé à plusieurs reprises par la suite.

Cet événement m'a tellement marqué que chaque fois que je passais par la douane, même si je n'avais rien à cacher (et que tous mes documents étaient en règle !), trois fois sur quatre, ils m'arrêtaient !

Et moi... « Je vous l'avais dit qu'ils m'arrêteraient ! »

Puis, après la quatrième fois, j'ai commencé à réaliser : « Attendez, c'est moi qui crée cet événement ! »

Maintenant, vous savez comment faire aussi.

À partir de ce moment-là, dès que j'ai réalisé ce qui s'était passé, j'ai mis en œuvre des contre-mesures « mentales », pour ainsi dire (vous en saurez plus à ce sujet dans le chapitre suivant).

À partir de ce moment-là, ils ne m'ont plus jamais arrêté avec les taux « statistiquement faussés » d'avant.

- J'étais vraiment fauché...

J'en étais à un point de ma vie où mes cartes de crédit, mes cartes de débit et tout autre accès à mes comptes étaient bloqués.

Juste à ce moment-là, deux amis sont venus chez nous et nous ont donné 300 € pour notre mariage (je me souviens encore du montant). Qu'y a-t-il d'étrange à cela ?

Que nous n'avions célébré aucun mariage !

Nous nous étions mariés, oui, mais à l'étranger, depuis un certain temps déjà, nous n'avions acheté aucun cadeau de mariage... et nous n'attendions d'argent de personne (encore moins de ce couple d'amis).

Mais vous comprenez maintenant comment ça fonctionne, n'est-ce pas ?

Chaque pensée que vous
avez se transforme en réalité
PROPHÉTIE AUTO-RÉALISATRICE.

Pour mon quarantième anniversaire, JL m'a écrit une lettre.

À la fin de la lettre se trouvait une question : « Vous attendiez-vous à ce qu'à 40 ans tout soit comme ça ? » (sous-entendu : « merveilleux »).

Ma réponse a été : « Non, honnêtement, je ne m'y attendais pas. Mais je ne m'attendais pas non plus au contraire. »

C'est ce que je lui ai dit.

Je tiens vraiment à ce que ce soit clair, c'est un point que je veux que vous compreniez parfaitement.

Ce n'est pas que je n'aie jamais de problèmes aujourd'hui ou que je ne fasse jamais les bons choix.

Ce n'est pas que, grâce à la méthode que vous allez découvrir, les problèmes disparaîtront, que tout se matérialisera instantanément et que vous ne vivrez plus aucun moment négatif.

La vérité est différente, et bien plus importante. La vérité, c'est qu'aujourd'hui je me sens LIBRE.

Et pour expliquer ce que signifie la liberté pour moi, je ne peux que citer les mots de Richard Bandler (père fondateur de la PNL, la programmation neuro-linguistique) :

« Lorsque j'utilise le mot « libre », je ne veux pas dire que je n'ai plus de problèmes ou qu'il ne m'arrive plus de faire des erreurs. »

Par « libre », j'entends le sentiment d'avoir le contrôle de la
Ma vie, mon destin.

Je n'ai pas besoin de savoir ce que l'avenir me réserve, car je me sens capable d'affronter toute éventualité et de rendre chaque instant de ma vie merveilleux.

Le fait est que j'ai cessé d'être l'effet d'une cause (c'est-à-dire l'effet de mes programmes mentaux) et que je suis devenu la cause d'un effet (c'est-à-dire celui qui programme le cerveau) : et c'est ce qui va vous arriver aussi.

En réalité, cela a déjà commencé : grâce à la somme de nombreuses petites décisions, de ces micro-décisions qui vous ont conduit à lire ce livre et à arriver jusqu'ici (oui, car vous auriez pu vous arrêter et refermer le livre bien plus tôt, et je vous assure que beaucoup l'ont fait : les statistiques le prouvent). C'est pourquoi je peux vous dire qu'avec cette nouvelle vision que vous avez acquise, si vous la laissez devenir véritablement vôtre... plus rien ne sera jamais comme avant.

C'est la pensée qui crée la réalité :
elle se transforme en fréquence et de cette
fréquence naît la vie.

Vous connaissez maintenant bien le schéma PENSÉE-ÉVÉNEMENT .

Si, sur un plan purement cérébral et mécanique , elle met en branle le schéma PENSÉE - ÉTAT
- DÉCISIONS - ACTIONS - RÉSULTATS (tout en activant et en renforçant l'attention sélective),
vous savez maintenant également que cette pensée provoque un changement électromagnétique,
donnant naissance à une fréquence particulière.

Je vous ai déjà dit que nous n'allions pas parler de philosophie pour elle-même,
mais seulement de choses réelles, tangibles et mesurables. C'est pourquoi je vous
dis que les fréquences sont capables de créer la réalité à partir de rien.

Attention, il ne s'agit pas de science-fiction. Non, ce n'est même pas de la
« science marginale ».

Ceci est la science, la science officielle.

Une confirmation indirecte de ce phénomène est récemment venue des études
de Luc Montagnier, lauréat du prix Nobel de médecine en 2008.

Il y a quelque temps, il a publié une étude qui pourrait paraître révolutionnaire à
certains ; mais pour vous, qui lisez ce livre, elle constitue désormais une
confirmation supplémentaire. L'étude de Montagnier affirme que, dans les
processus vitaux, la biologie et la physique œuvrent de concert, avec simplicité et
à faible consommation d'énergie, pour faire progresser le projet de la création.

Encore une fois, si vous lisez entre les lignes, il est dit que tout vibre et que tout
est énergie.

LES PREUVES SONT
DANS L'EXPÉRIENCE ELLE-MÊME. 22

Montagnier l'a étudié avec ses collègues français, italiens et allemands.

Les scientifiques ont isolé et protégé du champ magnétique deux tubes à essai, l'un contenant de l'eau et l'autre de l'ADN.

Le tube à essai contenant l'ADN a été irradié de sorte que le rayonnement émis atteigne le tube à essai contenant l'eau.

Moins de 24 heures plus tard, l'ADN présent dans l'autre tube à essai est apparu dans le tube à essai contenant de l'eau.

Selon les chercheurs de Montagnier, l'ADN émet en fait des ondes électromagnétiques de basse fréquence qui fusionnent avec la structure des molécules d'eau.

LE LAURÉAT DU PRIX NOBEL A DÉMONSTRÉ QUE L'ADN
PEUT ÊTRE CRÉÉ À PARTIR DE RIEN EN UTILISANT DES FORMES D'ÉNERGIE.

La question est maintenant la suivante : combien de temps devons-nous répéter cela pour que cela devienne une connaissance commune ?

Et attention : je ne cherche pas à vous convaincre. Vous disposez désormais de suffisamment d'informations pour décider par vous-même ce que vous voulez croire, ou pour mener vos propres recherches.

Je vous ai déjà fait part de ce qui, pour moi, fait désormais loi. Mais vous êtes toujours libre de choisir ce que vous voulez croire (et je vous y encourage vivement).

Les conclusions auxquelles je suis parvenu, et qui me semblent aujourd'hui même « banales » bien qu'elles soient évidentes à ce stade, sont que les pensées sont des formes d'énergie.

Eux et tout ce qui les entoure comme eux.

L'ADN irradié a provoqué la réplication de la molécule dans le tube à essai contenant de l'eau.

Et... que dégagent vos pensées ?

Et comment le diffusent-ils ?

Réfléchissez-y.

Ce qui peut vous paraître étrange est pourtant de notoriété publique dans certains environnements «protégés».

Ce qui peut paraître nouveau, totalement nouveau , voire choquant pour nous autres simples mortels et pour vous qui lisez ces pages (et incroyable pour ceux qui n'ont pas lu ce livre), semble être connu (et utilisé !) depuis très longtemps dans certains milieux.

Le fait que le cerveau puisse accéder à des champs et des états qualifiés d'« extrasensoriels » (même si je préfère éviter ce terme, car ils semblent nous dépasser, alors qu'ils font partie intégrante de chacun de nous) est une information connue dans certains milieux depuis des années. Il semblerait même que la CIA (la célèbre agence américaine d'espionnage) y ait eu recours dès les années 1970 .

Certains documents indiquent que durant ces années, un corps spécial a été créé sous le nom d'« espions psychiques »²³ .

Il semble que les soldats de ce corps spécial aient été formés à la vision à distance : en bref, on leur a appris à accéder au « terrain » pour obtenir des informations sensibles sur des cibles stratégiques.

J'ai personnellement vu des cibles dessinées mentalement par ces soldats, qui se concentraient sur la cible et en créaient une image mentale. Si elles étaient réelles (ce dont nous ne pouvons être certains), elles seraient vraiment impressionnantes ! On dirait des photographies.

Quoi qu'il en soit, il semble que cette force spéciale ait été capable, au fil des années, de révéler d'importantes informations stratégiques, de localiser des otages et d'obtenir leur libération.

Mais maintenant, je dis : que cela soit vrai ou non (ce qui – comme j'aime toujours à le rappeler – reste à démontrer...), pourquoi n'en a-t-on jamais parlé ?

Est-il possible que ceux qui répandent la nouvelle pensent que ce genre de choses n'intéresse personne (sauf que l'on constate que les séries télévisées d'espionnage et de mystère suscitent un énorme intérêt public, de sorte que même l'argument « elles n'ont pas de sens commercial » ne tient pas la route) ?

Pourquoi ignorons-nous ces choses ?

Pourquoi personne ne nous apprend à utiliser pleinement le pouvoir de notre esprit ?

Même si je m'efforce de penser de manière rationnelle et que je suis, par définition, possibiliste, face à ces situations, je pense à la stratégie des 7 sur 10 de Noam Chomsky en matière de manipulation des masses. Vous vous en souvenez ?

Je vous le rappelle :

Stratégie 7 : MAINTENIR LE PUBLIC DANS L'IGNORANCE ET LA MÉDIOCRITÉ.

[Rendre le public incapable de comprendre les technologies et les méthodes utilisées pour son contrôle et son asservissement].

« La qualité de l'éducation dispensée aux classes sociales inférieures doit être aussi médiocre que possible, afin que le fossé d'ignorance qui existe entre les classes inférieures et supérieures soit et reste impossible à combler pour les classes inférieures. »

Je n'ajouterai rien d'autre : je vous laisse à vos réflexions, comme j'ai les miennes.

Pour conclure notre discussion sur le département des « espions psychiques » : avec l'arrivée des satellites, il semble que ce corps ait été officiellement démantelé, même si je ne serais pas surpris si, dans quelques années, nous découvrons non seulement qu'il a bel et bien existé, mais qu'il existe encore... et peut-être même plus actif, en meilleure santé et plus alerte qu'on ne l'imagine...

L'esprit est capable de choses extraordinaires.
Si vous avez jusqu'ici découvert pourquoi ...
vous découvrirez comment dans quelques pages .

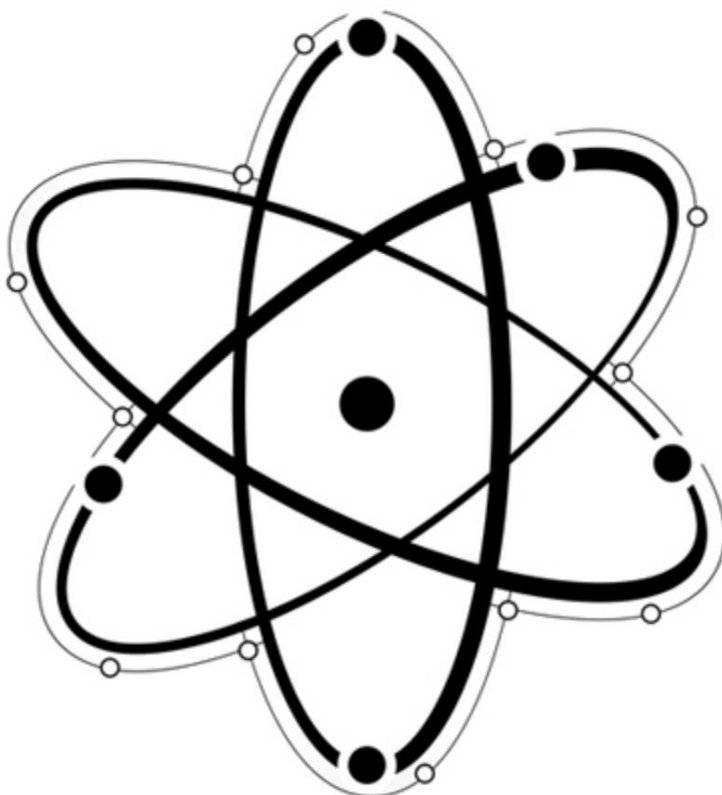
Tout est énergie : quel scénario choisissiez-vous parmi l'infinité des possibilités ?

Vous devriez maintenant avoir une très bonne compréhension de la manière dont le cerveau influence la réalité.

Vous aurez également compris que la puissance du cerveau n'est pas seulement égale à sa capacité de « traitement », mais qu'elle la dépasse de loin : à tel point qu'il peut même influencer les événements.

La vérité, c'est qu'à l'heure actuelle, vous êtes confronté à un champ de possibilités infinies, toutes déjà présentes en ce moment, parmi lesquelles il vous suffit de choisir le bon scénario (et vous êtes sur le point d'apprendre comment).

Savez-vous ce que représente ce chiffre ?



Non, ce n'est pas un atome.

Il serait plus juste de dire qu'il s'agit de la représentation d'un atome (encore une fois, un programme automatique dans votre système).

tête).

Plus précisément, il s'agit de la représentation classique et newtonienne d'un atome.

L'ère newtonienne est une ère où l'attention était principalement portée sur la matière (programme culturel).

Les études sur la matière, en particulier celles qui se sont concentrées sur l'aspect quantique, ont toutefois établi que l'atome est composé à 99,99999 % d'énergie et à seulement 0,00001 % de matière.

La nouvelle représentation de l'atome devrait donc être celle que vous verrez à la page suivante.

Nouvelle représentation de l'atome.

En pratique, il n'y a rien au niveau de la matière, mais tout au niveau du potentiel.

Une feuille de papier vierge, oui.

Que nous écrirez-vous ?

Le pinceau est à vous, maître.

Notes et questions

– Avez-vous déjà eu l'impression d'être observé(e) ?

– Avez-vous déjà su quelque chose avant que cela n'arrive ?
(Dites-nous quand).

– Avez-vous déjà eu l'impression de toujours vivre la même vieille vie ?
histoire?

(Décrivez les occasions.)

– Avez-vous déjà vécu un événement apparemment défavorable, mais découvert plus tard qu'il avait une signification précise dans votre vie ? (Racontez-nous cela).

– Avez-vous déjà vécu un événement et pensé... « Ça y est, Je le savais !

– Vous est-il déjà arrivé l'inverse ? Penser à quelque chose et le voir ? réaliser?

– Maintenant que vous disposez de nouvelles informations, vous commencez à percevoir la dynamique dans votre vie ? Lesquelles ?

– Quelles sont vos principales intuitions, déductions, réflexions et impressions ? Ces questions sont-elles nées de la lecture de ce chapitre ?

La science de l'impossible

CE QU'IL FAUT RETENIR

• La puissance du cerveau dépasse largement le simple cadre mécaniste. • Ce n'est pas parce que vous ne pouvez pas voir quelque chose que cela n'existe pas (souvenez-vous de l'histoire du médecin autrichien Semmelweis...). • Chaque fois que vous observez quelque chose, vous le créez d'une certaine manière, ou du moins vous l'influencez fortement, de façon bien plus concrète que vous ne pouvez l'imaginer. Les expériences des fentes de Young, celles de l'université de Princeton et bien d'autres démontrent que l'observateur influence la réalité de manière tangible. • Nous sommes tous intimement interconnectés avec tout, immergés dans le même champ (électromagnétique) qui nous entoure. • L'intrication quantique est un phénomène dans lequel l'état de deux ou plusieurs systèmes physiques dépend de l'état l'un de l'autre, même s'ils sont spatialement séparés. • Dans la vie réelle, cela signifie que vous devez savoir et prendre en compte que chaque choix, chaque pensée, chaque décision que vous prenez... entraînera une cascade de changements à différents niveaux, dépassant le cadre purement rationnel, dans tout ce qui vous entoure.

La réalité qui nous entoure réagit également à un niveau non local : les études polygraphiques de Backster et l'effet Maharishi (des groupes de personnes unies par une même pensée ont réussi à réduire la criminalité) l'ont confirmé. Une pensée est l'arme la plus puissante dont vous disposez : chaque fois que vous pensez à quelque chose, c'est comme si vous planifiez un événement futur.

- À un niveau mécaniste, une pensée se transforme en état, puis en décision, en action et enfin en résultat.
- À un niveau quantique, elle provoque une émotion qui active une série de fréquences dans le champ électromagnétique, générant un type de réalité (provoquant un effondrement de la symétrie axiale).
- Dans tous les cas, le résultat sera un événement qui vous fournira une bonne raison de confirmer cette pensée (en raison des caractéristiques des programmes mentaux et quantiques).
- C'est simple, pas simpliste. Cela fonctionne toujours, comme la loi de la gravité ; il arrive simplement que d'autres forces entrent en jeu. Éliminez le doute ou, du moins, reformulez la question. Ce n'est pas que cela ne fonctionne pas, mais demandez-vous : pourquoi est-ce que je crée ce type de réalité ?
- Plus vous êtes aligné, plus vous suscitez ce que Jung et Pauli appelaient des coïncidences significatives et des synchronicités.

Tout dans la vie a un sens, même si on ne le perçoit pas sur le moment. Mais comme le disait Steve Jobs, on ne relie les points qu'une fois qu'ils sont passés. Pendant qu'on les vit, ils semblent « inconnectés ».

et ça n'a aucun sens.

- Si la puissance d'une fréquence est capable de créer de l'ADN à partir de rien (comme l'ont confirmé les expériences du lauréat du prix Nobel Luc Montagnier), que peuvent produire vos fréquences, les fréquences de vos pensées, dans votre vie ?

Le pouvoir du cerveau quantique

HISTOIRES DE VIE

Que dire de plus ? J'atteins déjà de nombreux objectifs grâce à cette méthodologie.

Mon premier objectif était d'être avec la personne que j'aimais : j'ignorais ses sentiments, nous n'étions pas encore ensemble, et il traversait une période de grande confusion, d'incertitude et de tristesse. Pourtant, en appliquant cette méthode, quelque chose de très touchant s'est produit : j'ai ressenti une paix intérieure, comme si j'avais déjà tout et que la seule chose à faire était de donner. [...] Maintenant, nous sommes en couple et nous envisageons d'emménager ensemble. [...]

Mon deuxième objectif était de me remettre en forme. J'ai réussi à perdre 9 kilos sans effort, mais surtout, chaque jour je recevais de nouvelles solutions pour poursuivre mon parcours : des recettes rapides et légères, des astuces pour plus d'énergie, une offre spéciale pour la salle de sport et le coach personnel (dont je ne manque jamais), des offres sur les massages... [...]

Ma séance quotidienne de Cerveau Quantique a considérablement accéléré la réalisation de mes objectifs : la finalisation d'un projet professionnel (une procédure administrative pour les patients de mon service) a été approuvée par mon responsable deux jours plus tard. Entre-temps, j'ai eu quelques idées pour la simplifier, la rendre plus efficace et plus compréhensible pendant ma pause déjeuner, en discutant de tout et de rien avec un collègue qui s'y connaît peu en procédures administratives. [...] Le Cerveau Quantique m'aide à atteindre naturellement les objectifs sur lesquels je me concentre. Je suis de

plus en plus convaincu que lorsque j'ai un désir ou un besoin, il sera comblé au bon moment et de la bonne manière ; cela me donne beaucoup d'assurance. [...]

Je vous remercie pour cette merveilleuse opportunité de développement et pour cette technique puissante que vous m'avez enseignée. Je vous embrasse chaleureusement et vous souhaite le meilleur.

AMALIE

11 <http://it.wikipedia.org/wiki/Sincronicit%C3%A0>

12 <http://www.treccani.it/enciclopedia/entanglement/>

13 http://it.wikipedia.org/wiki/Entanglement_quantistico

14

http://www.lescienze.it/news/2011/12/02/news/quantum_mechanics_quantum_entanglement-710527/

Et aussi : Des diamants macroscopiques enchevêtrés dans la salle

Températures, <http://www.sciencemag.org/content/334/6060/1253.abstract>

15

« Le Scienze », De La Palma à Tenerife : nouveau record de téléportation,

[http://www.lescienze.it/news/2012/05/25/news/entanglement_teletrasporto_reco](http://www.lescienze.it/news/2012/05/25/news/entanglement_teletrasporto_record_distance_chinese_austriaco-1046681/)

[rd_distance_chinese_austriaco-1046681/](http://www.lescienze.it/news/2012/05/25/news/entanglement_teletrasporto_record_distance_chinese_austriaco-1046681/) Et aussi : « Les sciences », Comment obtenir

commandement des États d'enchevêtrement, à

http://www.lescienze.it/news/2013/06/20/news/atomi_rydberg_entanglement_det

[réseaux_quantiques-1708809/](http://www.lescienze.it/news/2013/06/20/news/atomi_rydberg_entanglement_det) Et encore une fois : « Les sciences », l'intrication :

Maintenant touche au moment du photon, angulaire de la

http://www.lescienze.it/news/2012/11/07/news/entanglement_fotoni_momento_a

[ngular_orbital-1353576/](http://www.lescienze.it/news/2012/11/07/news/entanglement_fotoni_momento_a)

16

Backster peut percevoir les intentions humaines,

<https://www.youtube.com/watch?v=Ntv4ZMvUSWI> Et aussi : Cleve Backster,

Perception primaire, <https://www.youtube.com/watch?v=V7V6D33HGt8> Et encore :

« Voyager », Le mystère des plantes intelligentes, [https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=Wg6fFpT6rKE)

[v=Wg6fFpT6rKE](https://www.youtube.com/watch?v=Wg6fFpT6rKE) - <https://www.youtube.com/watch?v=Xyo0hcAumc0> [https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=7e8U0gK9ApQ)

[v=7e8U0gK9ApQ](https://www.youtube.com/watch?v=7e8U0gK9ApQ)

17

La Royal Society <https://royalsociety.org/library/moments/>

- Newton

Pomme,

[newton-apple/](https://royalsociety.org/library/moments/newton-apple/)

18

« Les sciences », De la mère au nouveau-né : comment se transmettent les peurs et les phobies (30

(Juillet 2014)

[http://www.lescienze.it/news/2014/07/30/news/paura_fobia_ereditaria_trasmissione](http://www.lescienze.it/news/2014/07/30/news/paura_fobia_ereditaria_trasmissione_madre_neonato_odore_amigdala-2227767/)

[ne_madre_neonato_odore_amigdala-2227767/](http://www.lescienze.it/news/2014/07/30/news/paura_fobia_ereditaria_trasmissione_madre_neonato_odore_amigdala-2227767/)

19

PNAS - Actes de l'Académie nationale des sciences des États-Unis

États-Unis (27 juin 2014) Transmission intergénérationnelle des émotions

traumatisme par transfert de peur spécifique de la mère à l'enfant, dépendant de l'amygdale,

<http://www.pnas.org/content/111/33/12222>

20

« La Repubblica Scienze », En amour, les cœurs battent véritablement à l'unisson,

http://www.repubblica.it/scienze/2013/02/12/news/in_amore_i_cuori_battono_dav

[vrai_en_unisson_-52489794/](http://www.repubblica.it/scienze/2013/02/12/news/in_amore_i_cuori_battono_dav)

21

Recherches sur l'effet Maharishi - Université Maharishi de Management,

<https://www.mum.edu/default.aspx?relid=622766>

22

études du lauréat du prix Nobel Luc Montagnier : La téléportation deviendra-t-elle une réalité ?

<http://www.blitzquotidiano.it/facebook/nobel-luc-montagnier-studi-teletrasporto-712347/>

²³ Voir Lyn Buchanan, Le Septième Sens : Les Secrets des Espions Psychiques de l'armée américaine.

5

Le pouvoir du cerveau quantique

« Lorsque vous ferez de deux un
seul homme, vous deviendrez les
enfants de l'humanité, et lorsque vous direz :
"Montagne, bouge !", la montagne bougera. »
ÉVANGILE DE THOMAS

Nous avons atteint la dernière étape, le processus de récupération des données était pratiquement terminé et je m'apprêtais à transmettre les informations finales à JL afin que nous puissions en discuter ensemble.

JL est un dur à cuire. Oui, il est sceptique de nature... mais j'aime les sceptiques.

Surtout ceux qui, comme lui, sont suffisamment ouverts d'esprit pour rester sceptiques même à l'égard de leur propre scepticisme (et c'est ce que je vous souhaite également).

Au final, une seule chose compte pour lui : que ça fonctionne.

Et s'il y a la moindre chance que quelque chose fonctionne et apporte des bénéfices concrets, il n'hésite pas à mettre en œuvre ses schémas de pensée. Il essaie.

Je crois que c'est grâce à des gens comme ceux-ci que ce monde a la possibilité de changer.

C'est pourquoi j'étais heureux qu'il me demande de lui fournir des preuves de ce qui lui arrivait, afin de travailler ensemble sur le problème.

Oui, peut-être que ce qui lui était arrivé, comme notre rencontre tant d'années auparavant... et comme tout le reste dans la vie... n'était pas du tout une coïncidence.

Encore une autre intuition

- Pourquoi les choses arrivent-elles ? Est-il possible d'influencer les événements ?
- Est-il

possible d'obtenir ce que l'on désire sans avoir à lutter pour cela ? • La méthode a-t-elle réellement produit ces effets ? Et si oui, pourquoi a-t-elle fonctionné ? • Et comment l'événement « négatif » que vous avez vécu s'inscrit-il dans ce contexte ?

Oui, ces questions nous avaient accompagnés tout au long de notre voyage, et après avoir trié mes notes accumulées au fil des ans, nombre de ces aspects m'étaient déjà apparus clairement. Mais juste avant de remettre la dernière partie de mes notes à JL, je suis « par hasard » tombée sur une expérience qui a attiré mon attention.

Une expérience qui complétait parfaitement la question précédente ; elle répondait clairement à la question : « Pourquoi cette méthode a-t-elle si bien fonctionné ? »

Pour moi, c'était comme boucler la boucle.

Même si vous ne connaissez pas encore la méthode, je vais vous expliquer ce que j'ai découvert dans les résultats de cette recherche (et pourquoi cette découverte, ou plutôt cette confirmation supplémentaire, a été si éclairante pour moi).

Il faut savoir qu'aujourd'hui, la capacité de certaines images mentales dirigées vers des parties spécifiques du corps à produire des changements physiologiques profonds est parfaitement reconnue.

La médecine corps-esprit – même si, à mon humble avis, elle n'occupe pas encore la place prépondérante qu'elle mérite – a déjà donné naissance à des branches entières de la médecine officielle, comme la « psychoneuroimmunologie ».

Mais le docteur Glen Rein voulait en savoir plus : il voulait savoir si l'influence des pensées pouvait également se manifester dans les systèmes biologiques situés hors du corps. Et si tel était le cas, il souhaitait naturellement comprendre comment cela était possible.

Rein a donc étudié pendant des années l'effet de l'intention humaine sur l'ADN.²⁴
Et c'est l'une de ses expériences qui a attiré mon attention.

Oui, car à mon avis, ses résultats étaient significatifs.
Très important.

Dans une expérience²⁵ menée en collaboration avec l'Institut HeartMath en Californie, le Dr Rein a placé de l'ADN dans un tube à essai. Il a ensuite pris trois groupes de personnes.

GROUPE 1 :

Ce groupe a appris une technique pour produire des émotions intenses (telles que l'amour et la gratitude).

Alors que les participants de ce groupe manifestaient des émotions d'amour et de gratitude, on leur a demandé de tenir dans leurs mains des tubes à essai contenant des brins d'ADN pendant deux minutes.

Le résultat ? Aucun.

L'analyse des échantillons d'ADN n'a révélé aucun changement notable.

GROUPE 2 :

À ce deuxième groupe, en plus des sentiments de amour et

Le premier groupe, connaissant déjà la technique pour susciter des émotions intenses comme l'amour et la gratitude, devait exprimer une intention. Le second groupe devait, en plus de l'émotion, formuler une intention susceptible de déclencher ou de ralentir l'enroulement ou le déroulement de l'ADN.

Ce groupe a également tenu les flacons dans ses mains pendant deux minutes.

Et le résultat cette fois... était vraiment intéressant.
Cela a produit des changements statistiquement significatifs dans la conformation de l'ADN. En effet,

Dans certains cas, l'ADN était même enroulé ou déroulé jusqu'à 25 %.

Et ceci... en seulement deux minutes.

GROUPE 3 :

Il a été demandé à ce groupe d'exprimer clairement son intention de modifier l'ADN, sans éprouver la moindre émotion. Autrement dit, leur seul but était d'influencer la matière par la pensée (l'intention).

Résultat?

Dans ce cas, les échantillons d'ADN sont restés inchangés, tout comme cela s'était produit dans le groupe 1 !

Je dois avouer que lorsque j'ai découvert les résultats de cette nouvelle expérience... j'ai eu l'impression de boucler la boucle.

J'avais l'impression de boucler la boucle...

C'est pourquoi la méthode a si bien fonctionné.

Que nous a appris l'expérience du Dr Rein ?

- Quand accédons-nous à ce champ « magique » ?
- Quand accédons-nous à ce champ quantique capable de littéralement changer le monde qui nous entoure ?

Cette dernière expérience m'était apparue comme le signal qu'un cercle, vieux de milliers d'années, se refermait soudainement. Pourquoi ?

Car lors de l'expérience du Dr Rein, lorsque les participants exprimaient uniquement des émotions profondes, rien n'était détecté dans leur ADN. De même que rien n'était détecté lorsqu'ils exprimaient uniquement une pensée, une intention.

Le seul moment où l'ADN a montré des signes tangibles de changement de conformation, c'est lorsque la pensée (l'intention) s'est AJOUTÉE à l'émotion.

Cela montre clairement que...

La réalité ne réagit que lorsque les deux éléments sont alignés et cohérents, c'est-à-dire lorsque la pensée et l'émotion transmettent le même signal.

Le célèbre passage de l'Évangile gnostique m'est venu à l'esprit.
Thomas :

« Lorsque vous ferez de deux un
seul homme, vous deviendrez les
enfants de l'humanité, et lorsque vous direz :
"Montagne, bouge !" , la montagne bougera. »

J'aime à penser que ces deux choses auxquelles Thomas fait référence sont précisément celles-ci : la pensée + l'émotion... et la montagne se déplacera.

Le Dr Rein avait démontré que l'association de la pensée et de l'émotion semblait être le seul moyen de faire bouger les choses, c'est-à-dire d'« influencer » la réalité de manière concrète et mesurable.

Le cercle était bouclé, oui.

Voilà pourquoi les choses arrivent.

Le cercle était bouclé, oui.

Le champ quantique ne répond pas à ce que nous voulons, il
répond plutôt
à ce que nous sommes.

Le champ quantique réagit à ce que nous sommes

Oui, car quel est le moment où vos émotions et vos pensées sont les plus « alignées », les plus « cohérentes » vers quelque chose ?

Le moment où cette chose devient une partie « naturelle » de qui vous êtes vraiment.

C'est le moment où tout est naturel et spontané.

C'est le moment où il ne faut aucun effort pour aligner une pensée avec une émotion. C'est le moment où vos programmes mentaux vous « poussent » à prendre des décisions cohérentes avec qui vous êtes (et donc, d'une certaine manière, vous « suggèrent » de faire des choix qui confirment votre identité).

Cela se vérifie à la fois au niveau « physique », comme vous l'avez vu avec le fonctionnement du cerveau, et au niveau « quantique ».

Une personne se définissant comme « missionnaire croyant » et souhaitant œuvrer en Afrique fera preuve d'une grande constance dans sa pensée et ses émotions quant à la réalisation de cet objectif. Et selon toute vraisemblance, tôt ou tard, elle se retrouvera au cœur même de la mission africaine qu'elle avait imaginée.

Nous approfondirons ce point plus tard : pour l'instant, retenez simplement que si vous êtes une personne qui pense d'une certaine manière (c'est-à-dire si cela fait partie de votre identité), certaines choses vous viennent facilement.

Et cette réalité, telle une courbe de tendance, finira tôt ou tard par « confirmer » non seulement sur un plan tangible, mais aussi – comme nous l'avons vu – sur un plan « quantique », qui vous êtes exactement.

Voilà pourquoi la méthode a si bien fonctionné (vous découvrirez bientôt que cela a beaucoup à voir avec la méthode de JL).

Oui, à ce moment-là, nous avons creusé assez profondément.

Nous avons franchi cette première barrière constituée d'anciens programmes et avons commencé à entrevoir le sol en dessous.

Puis nous avons commencé à la toucher, jusqu'à ce que le moment propice arrive.

Nous avons donc enfin semé la graine de la possibilité.

À ce stade, après cette dernière étape, j'ai confié les dernières phases de la recherche à JL et nous avons commencé à en discuter ensemble.

Nous avons beaucoup parlé de ce qui lui est arrivé et pourquoi c'est arrivé.

De ces conversations et réunions sont nées des idées et des concepts véritablement passionnants, suffisants pour créer des méthodologies vraiment puissantes.

Mais lors de nos réunions, nous n'avons pas seulement discuté de ce que vous avez lu dans ces pages.

Non : en réalité, nous avons commencé à travailler ensemble pour affiner cette méthode que JL avait pressentie, afin qu'elle puisse devenir une méthodologie reproductible par tous, et pas seulement par ceux qui possédaient déjà certaines caractéristiques.

Nous avons beaucoup discuté ensemble de la manière de l'améliorer, notamment au regard des difficultés rencontrées lors de son utilisation dans ses « premières versions », de la façon de les surmonter et de la meilleure façon de le présenter.

Oui, car l'intuition de JL a porté ses fruits, et c'est de ces résultats que tout cela est né. Mais, à son apparition, le projet n'était pas « complet » dans son ensemble : il comportait des zones d'ombre et, surtout, comme à ses débuts, il aurait paru incompréhensible à la plupart.

Il a fallu beaucoup de travail et de persévérance pour arriver au point où nous en sommes aujourd'hui, intégrant plus de vingt ans de recherche et bon nombre des découvertes que vous trouverez dans ce livre.

Des expériences empiriques ont été menées, des modèles théoriques ont été créés, et même des tentatives apparemment inutiles ont été faites (mais qui, au final, nous ont amenés ici).

Nous avons continué ainsi, idée après idée, discussion après discussion, ajustement après ajustement.

Jusqu'à ce qu'à un certain moment nous comprenions : cette méthode était prête à être utilisée non seulement par nous et notre cercle d'influence proche (que nous remercions naturellement pour les expériences), mais aussi, à ce moment-là, par quiconque souhaitait expérimenter par lui-même la puissance de ces concepts.

C'est pourquoi, maintenant, vous aussi, êtes libre d'expérimenter sur vous-même.

C'est pourquoi maintenant, au moment le plus important de cette lecture, c'est-à-dire au moment où cette méthode devenue aujourd'hui « méthodologie » va vous être expliquée... c'est à lui, JL Marshall, que je redonne la parole.

Car il est tout à fait normal que ce soit lui qui vous explique les détails de cette méthode à ce stade.

Lui, avec son esprit plus rationnel et « sceptique ».

Celui qui possédait une intuition sans aucun fondement rationnel, une « conscience sans esprit ».

Une conscience qui, toutefois, a choisi d'écouter, et qui est maintenant sur le point de passer entre vos mains.

À toi la parole, JL !...

Présentation de la méthode

« Nous ne cesserons pas l'exploration. »
Et le but de toutes nos recherches sera
d'arriver là où nous avons commencé, et de
connaître l'endroit pour la première fois.

THOMAS STEARNS ELIOT

Eh bien, c'est JL Marshall qui vous annonce que nous sommes enfin arrivés au point culminant de ce livre.

Le moment où vous êtes sur le point d'acquérir des connaissances qui, si elles sont bien utilisées, peuvent vraiment faire la différence pour vous et votre

Les personnes qui vous sont les plus chères, si seulement vous leur en donnez l'occasion.

Avant d'expliquer précisément le fonctionnement de cette méthode, je souhaite expliquer pourquoi elle fonctionne.

En fait, étant donné sa simplicité, et étant donné que le terme « simplicité » a souvent une connotation « négative » pour la plupart des gens... c'est pourquoi Italo et moi pensions qu'il était important que vous « compreniez » cette méthode, ainsi que que vous l'appliquiez.

C'est pourquoi, avant de vous l'expliquer, nous vous avons fourni tout le soutien théorique préliminaire : nous avons « creusé » la fameuse faille dans votre système de croyances.

Il s'agissait d'une étape fondamentale car c'est désormais sur ces mêmes supports que nous allons monter les éléments de cette méthode.

Nous avons choisi cette méthode car elle vous permettra de vous concentrer plus facilement sur sa mise en œuvre. Vous n'aurez pas à vous fier à une simple intuition, comme je l'ai fait au départ, avec de nombreux doutes. Nous pensions que cela vous serait difficile (cela l'était aussi pour moi, alors imaginez pour vous, puisque ce n'était même pas votre intuition...). C'est pourquoi nous avons choisi de vous expliquer le processus en détail, afin que vous puissiez comprendre la logique de ce que je vais vous dire et ainsi l'aborder avec plus d'assurance.

Commençons donc.

Il faut savoir que cette méthode fonctionne à cinq niveaux différents.

Premier niveau :

LA RÉPÉTITION

Prenons un exemple simple pour commencer : supposons que l'on supprime la composante émotionnelle (qui est en réalité très importante, mais nous simplifions ici). Le premier niveau, celui qui se rapproche le plus du fonctionnement normal du cerveau, est celui de la programmation mentale.

Ce niveau repose sur une hypothèse simple : le cerveau apprend par la répétition (vous vous souvenez de ce qu'Italo vous a dit ?) et surtout, une fois appris, il ne l'oublie jamais (du moins dans un certain sens, mais il n'y a pas la place d'entrer dans les détails ici).

Pour l'instant, retenez simplement que cela signifie que si vous avez répété ou entendu un concept que vous n'aimez pas 100 fois dans votre vie... un bon moyen de changer serait de répéter son contraire 200 fois.

Les 100 premières fois servent uniquement à « annuler » l'effet précédent.

Les 100 prochains à changer cette croyance/opinion et à inverser sa programmation.

Il s'agit du premier niveau avec lequel cette méthode fonctionne.

Par la répétition, elle « écrase » les concepts (car dans le cerveau, presque rien n'est effacé).

En pratique, cela fonctionne comme lorsque vous écrasez un fichier sur votre ordinateur, avec l'avantage que dans les « fichiers » de votre cerveau, il existe une règle : ce qui est le plus récent a plus de valeur (sauf pour les émotions très fortes ou les « vieux programmes déjà installés », mais nous y reviendrons plus tard).

Deuxième niveau :

ATTENTION SÉLECTIVE

Le second niveau sur lequel cette méthode opère est celui de l'attention sélective.

Italo a déjà longuement abordé ce sujet. En substance, la méthode exploite le fait que le cerveau filtre les informations en fonction de notre état d'attention : comme vous vous en souvenez peut-être, il tend à attirer notre attention sur ce sur quoi nous nous concentrons.

Vous vous souvenez ? Si vous avez déjà pensé à changer de voiture, vous avez probablement commencé à voir ce modèle précis partout.

Or, comme vous le savez, il s'agit en partie de phénomènes dus à l'attention sélective.

C'est également un concept utilisé par cette méthode, notamment pour vous donner confiance dans la phase initiale (j'expliquerai plus tard pourquoi un petit acte de foi est nécessaire, si cela n'est pas déjà clair d'après ce qu'Italo a expliqué jusqu'à présent).

En termes simples, il s'agira de commencer à remarquer ce qui, dans votre vie, vous pousse dans une direction donnée.

En leur accordant de l'attention, ces choses prendront, en un certain sens, « plus d'importance » dans votre vie.

Et pour cela, ils apporteront d'autres choses « similaires ».

Troisième niveau :

IDENTITÉ

Le troisième niveau auquel cette méthode fonctionne est qu'elle exploite le concept d' IDENTITÉ.

Vous vous souvenez de ce qu'Italo a dit à propos de l'identité après l'expérience ? du Dr Rein ?

« Le champ quantique ne répond pas à ce que nous voulons... il répond plutôt à ce que nous sommes. »

C'est pourquoi cette méthode ne fonctionne pas au niveau de simples « objectifs ». Elle consiste plutôt à construire une nouvelle identité, en l'« associant » à votre identité actuelle.

Et c'est précisément grâce à cette identité qu'il vous sera plus facile de « cheminer » vers l'objectif que vous désirez, car être quelqu'un est bien plus fort que « obtenir quelque chose ».

Quand vous « êtes »... nous parlons de votre essence.

Quand on « est »... il est inévitable qu'on « tende » à se comporter d'une manière cohérente avec qui l'on est.

L'« être » modifie vos schémas mentaux en fonction de votre nature profonde. L'« être », comme l'expliquait Italo dans l'expérience de Rein, aligne les émotions et les intentions « par définition ». Nous explorerons ce point plus en détail prochainement.

Quatrième niveau :

COHÉRENCE

Le quatrième niveau auquel cette méthode fonctionne est celui de cohérence.

Comme vous le verrez plus tard, votre cerveau devra être « aligné » afin que vous soyez « cohérent » avec ce que vous voulez réaliser/devenir.

Si vous y prêtez attention, vous remarquerez que presque partout dans le monde, il existe une programmation interne très forte axée sur la cohérence.

Pensez aux hommes politiques qui sont attaqués lorsqu'il y a incohérence entre leurs actes et leurs paroles (ce qui, malheureusement, arrive assez souvent).

Être cohérent, surtout avec soi-même, mais aussi avec les idées que l'on soutient, est fondamental ; c'est un programme très, très puissant qui est « installé » en chacun de nous.

Dans la méthode que vous allez découvrir, vous verrez que vous exploiterez cet effet à votre avantage. En quelque sorte, vous commencerez à adopter un comportement orienté vers les résultats souhaités, au lieu de ressentir le besoin d'agir dans la direction opposée, comme cela a peut-être été le cas jusqu'à présent (ou d'éprouver des conflits intérieurs).

Vous comprendrez mieux ce que je veux dire plus tard.

Cinquième niveau : LA PUISSANCE DU CERVEAU

QUANTIQUE Le cinquième principe est le plus élevé : la partie « quantique » de la méthode.

Comme vous le savez, la science officielle nous est de peu d'utilité sur ce sujet. Mais Italo nous a été d'un grand secours, en nous faisant comprendre que la science de pointe (et parfois même d'autres domaines) a déjà démontré comment se concentrer sur un sujet précis nous permet d'accéder à des connaissances de haut niveau, voire d'influencer les événements et la réalité !

Mais cela a également montré qu'il est au moins très probable que la concentration « attire » ou « favorise » certains événements, tels que le champ cause par exemple la grippe électromagnétique, l'intrication quantique, etc. (toutes des choses que vous avez déjà vues).

Il s'agit donc de quelque chose qui va au-delà de l'attention sélective.

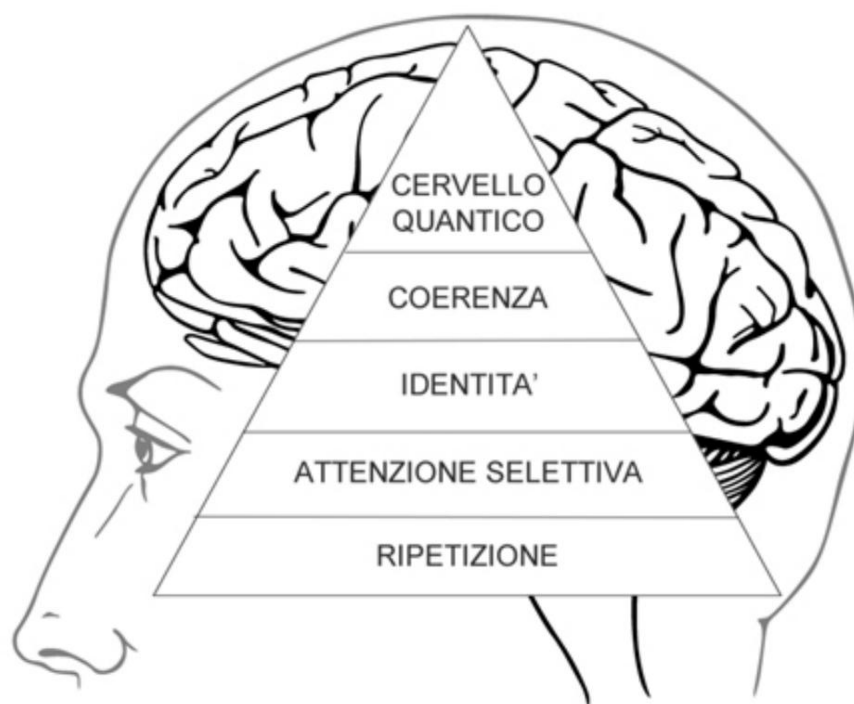
Ce n'est pas à moi d'expliquer pourquoi cela se produit ; Italo l'a déjà fait.

Cependant, pour moi, personnellement, une chose compte plus que tout : que cela se produise réellement .

Et bientôt, vous aussi pourrez constater par vous-même ce qui se passe.

Voici pourquoi ça fonctionne

En résumé, la méthode que vous allez apprendre vous permet de programmer votre cerveau d'abord dans sa partie la plus « traditionnelle », mais aussi dans sa partie quantique, en exploitant ces cinq niveaux de fonctionnement.



Partant d'une simple intuition, il m'a fallu beaucoup de temps pour trouver la bonne alchimie. Quelque chose qui puisse fonctionner avec différents profils : des plus rationnels (comme moi) aux plus « spirituels », et tous les autres.

Italo et moi avons réalisé plusieurs expériences : naturellement, les premiers cobayes ont toujours été nous-mêmes et un petit groupe de personnes proches de nous (et à l'esprit ouvert).

Nous l'avons ensuite partagé avec des centaines de personnes qu'Italo a rencontrées lors du séminaire en direct « The Power of the Quantum Brain® », où Italo a présenté la méthode pour la première fois.

Au final, le résultat est, du moins à première vue, très clair : la méthode FONCTIONNE.

Mais ça marche... avec une astuce !

Oui, il existe un « petit secret », une condition qui permet à la méthode d'être applicable avec succès à différents profils mentaux (rationnel, spirituel, sceptique, etc.).

Mais comme j'aime être très clair... je vais vous le révéler tout de suite !

Un petit secret

Italo et moi n'arrivions pas à nous décider quant à qui présenterait la méthode dans cet ouvrage, fruit de notre travail commun. Finalement, cette responsabilité m'est revenue, à moi, JL (et je l'accepte avec plaisir).

La raison est simple : je suis une personne connue pour être très pragmatique.

Je m'intéresse aux RÉSULTATS avant même aux théories qui les sous-tendent.

C'est une question d'«identité», dans mon cas.

Non pas qu'Italo ne soit pas pragmatique, bien au contraire, mais c'est moi qui le suis davantage.

Le fait que j'explique le fonctionnement de cette méthode nous a donné l'impression que c'était plus facile.

assimilable même par des personnes moins proches de ce qu'Italo appelle « le monde du possible ».

À cet égard, je peux dire que, connaissant Italo, il était inévitable pour moi, au fil du temps, d'explorer cet univers et la littérature qui l'accompagne.

Ce que j'ai constaté, c'est que dans ce monde, presque toujours, « croire avant de voir » est une condition préalable.

Maintenant : cela est parfaitement logique, Italo l'a longuement expliqué dans les pages précédentes.

Cependant, telle que j'ai l'habitude de voir les choses, cette façon de penser, surtout au début, me semblait être un cercle vicieux.

« Oui, mais si je crois d'abord, évidemment je verrai plus tard ! Ce n'est donc pas juste ! Vous me conditionnez, vous me lavez le cerveau » (à l'époque, je ne savais pas que c'était en partie vrai !).

C'est ce que je pensais.

Au début. Mais ensuite...

Je me suis alors rendu compte que ce programme mental « conservateur » que j'avais, d'une part, me protégeait de l'acceptation de théories sans fondement ou de propositions religieuses étranges, mais d'autre part, m'empêchait de découvrir de nouvelles choses qui pourraient être valables, comme celle-ci.

J'ai donc choisi de la réinterpréter selon une nouvelle vision, que je trouve plus productive.

Une vision que je souhaite maintenant partager avec vous, au cas où vous seriez de nature « sceptique », comme je l'étais (et comme je le suis encore en partie, j'aime à le penser : un « sceptique sain à l'esprit ouvert »).

Au départ, et surtout lorsque je préparais mes examens de statistiques à l'université (une époque où j'avais tendance à percevoir la réalité comme un ensemble de nuages de probabilités, et je n'étais peut-être pas si loin de la vérité...), j'avais adopté la méthode scientifique classique.

Autrement dit : pour qu'une expérience soit scientifiquement valide, elle doit être « reproductible par n'importe qui dans les mêmes conditions ».

C'est dommage que, comme je l'ai découvert plus tard, cela ne soit pratiquement JAMAIS vrai dans le monde des différentes disciplines qui gravitent autour du développement du potentiel humain (et, plus généralement, du cerveau), même si elles présentent très souvent des techniques qui fonctionnent.

Pourquoi?

Car, dans ce type de discipline, presque toujours, même sans entrer dans des discussions « quantiques », il est NÉCESSAIRE de croire d'une manière ou d'une autre AVANT de voir le résultat.

Des exemples ?

Si vous ne croyez pas en la thérapie du psychologue et que vous ne lui faites pas confiance, elle sera très probablement inefficace. Du moins, jusqu'à ce que vous commenciez à y croire !

- Si vous ne croyez pas à la « Loi de l'Attraction » (pour ceux qui la connaissent), elle sera inefficace.
- Si vous ne croyez pas au pouvoir guérisseur de la médecine, soit elle sera inefficace, soit vous en réduirez l'efficacité (avez-vous déjà entendu parler des effets placebo et nocebo ?).
-

Mais aussi : si vous ne croyez pas en la religion, les prières seront inefficaces. • Et, si je puis me

permettre, si vous ne croyez pas en votre entreprise ou en votre travail, il est difficile d'obtenir de bons résultats. C'est certain !

En bref : le concept de « CROIRE D'ABORD » semble être un élément important dans de nombreuses disciplines, y compris la psychologie et d'autres disciplines reconnues comme « officielles ».

Et qu'en est-il de ceux qui, comme moi, ont grandi dans l' école du « LAISSEZ-MOI D'ABORD VOIR et ensuite (peut-être !) je croirai » ?

Eh bien, pour ces personnes, voici mon conseil.

Faites comme moi : essayez.

J'ai dit : « Ces gens sont-ils tous un peu fous de croire avant de voir ? »

Cependant, étant une grande expérimentatrice (je trouve que la vie consiste à « expérimenter »), j'ai décidé d'essayer : d'abord des choses simples, puis des choses de plus en plus complexes.

En revanche, comme je l'ai dit à plusieurs reprises, ce qui m'importe avant tout, c'est le résultat que l'on obtient en faisant quelque chose, avant même tout le débat sur la question de savoir s'il est philosophiquement acceptable de croire avant de voir.

Alors je me suis dit : « Qui s'en soucie si mon professeur de statistiques fait la fine bouche ? »

Je me suis dit : « Je vais essayer, et si ça marche, tant mieux. »

Alors j'ai essayé.

J'ai « fait un effort » (et je vous assure qu'il s'agissait d'un effort conscient, dans ce cas) pour « croire d'abord ».

Pour y parvenir, j'ai exploité une autre de mes convictions (le principe de cohérence) :

IL FAUT QUE QUELQUE CHOSE FONCTIONNE.

C'est ce qui compte.

Alors s'il faut y croire pour que ça marche... alors croyons-y !

Pourquoi est-ce que je vous raconte tout ça ?

Car vous devez savoir que cette méthode fonctionne aussi de cette manière.

Il ne fait pas exception à cet égard.

Pour que cela fonctionne, même avec vous, que vous soyez rationnel ou sur le plan spirituel, un petit « acte de foi » est nécessaire .

Ce n'est pas optionnel : c'est OBLIGATOIRE.

Vous devez essayer cette méthode vous-même, avec la confiance qu'elle peut fonctionner et l'engagement de suivre les instructions simples.

Ou du moins avec un « doute » : que l'idée « ne fonctionnera pas » peut être réfuté.

Cela suffira dans la plupart des cas.

Je sais qu'un scientifique rigoureux, « à l'ancienne », dirait : « Allons, vous vous faites alors des "autosuggestions". »

Ma réponse est : « Et même si c'était le cas ? Du moment qu'il me donne ensuite... »
RÉSULTATS SATISFAISANTS !

D'un autre côté, et je le dis sans ironie, vous n'êtes pas le seul à recevoir des
« suggestions » lorsque vous réfléchissez intensément à quelque chose.

- Que devrait dire l'électron, par exemple, dans la célèbre expérience des fentes de Young... que lorsqu'il est OBSERVÉ par le scientifique, il se comporte comme un POINT DE MATIÈRE... et lorsqu'il n'est PAS observé, il se comporte comme une ONDE de probabilité ?

S'il pouvait parler, il dirait peut-être ceci : « Quand vous me regardez, je suis inspiré ! »

- Ou que dirait l'électron situé dans un coin de l'univers s'il était forcé de changer sa direction électronique (son spin) lorsque son jumeau, avec lequel il est entré en harmonie des MILLÉNAIRES auparavant, change également de direction (intrication quantique) ?

Il disait : « Eh bien, mon électron jumeau m'a donné un indice. »

- Sans oublier le scientifique qui adhère à quelques axiomes mathématiques simples, tels que : « Il n'existe qu'une seule droite passant par un point. »

Cela paraît logique, n'est-ce pas ? Mais si vous lisez des auteurs comme Ervin Laszlo, vous comprendrez à quel point ces axiomes doivent être acceptés PAR LA FOI (et que, dans un certain sens, la science est aussi une religion, précisément parce qu'elle est FONDÉE sur des axiomes comme ceux-ci).

En bref : ce n'est pas un hasard si les premiers « scientifiques » du passé étaient en réalité considérés comme des sorciers.

Donc : si les plus grands scientifiques du passé et du présent doivent accepter sans réserve certains axiomes mathématiques...

(AXIOME = principe considéré comme vrai) alors qui suis-je pour
ne pas
le faire ?

Voilà : j'espère vous avoir expliqué pourquoi « croire avant de voir » est nécessaire (parfois même dans les sciences les plus rigoureuses, presque toujours en psychologie et dans bien d'autres disciplines), mais surtout que c'est quelque chose qui VOUS appartient.

C'EST PRATIQUE.

Cela en vaut vraiment la peine, compte tenu de ce que vous pouvez faire une fois que vous avez appris la méthode et que vous êtes « dans le flow ».

C'est pourquoi, sachez que même cette méthode, si structurée, possède une astuce qui lui permet de fonctionner avec des personnes très différentes. Même avec vous.

Et le secret, c'est que... cela exige d'abord un ACTE DE FOI de votre part (et cela augmente évidemment considérablement son efficacité).

Cependant, je tiens également à vous préciser que ce saut dans le vide... n'est que temporaire, et non permanent.

Vous commencerez alors (très bientôt) à mesurer vos propres résultats.

Finalement, cela ne sera plus nécessaire, car la foi a un avantage : une fois qu'elle a commencé, elle se nourrit d'elle-même, précisément grâce à ses résultats.

C'est clair ?

Bon, passons maintenant à la méthode, j'ai trop parlé.

LA MÉTHODE :

Programmation mentale quantique

Cette méthode est magnifique car...

- C'est simple.

- Cela demande peu de temps actif au début, et presque aucun par la suite. •

Vous

pouvez le faire dans toutes les conditions et n'importe où.

Cela se compose de sept étapes (mais au final, si vous faites les trois premières, cela pourrait même suffire. À l'origine, l'intuition n'envisageait que trois, mais Italo et moi soupçonnons qu'au moins certaines des quatre autres, je les ai faites automatiquement, ou dans mon cas particulier, elles n'étaient pas nécessaires étant donné ma programmation mentale actuelle).

1. Tout d'abord, je vais vous les expliquer de manière conversationnelle, afin que vous puissiez les comprendre facilement, avec de nombreux exemples et commentaires.
2. Il est normal de les oublier et d'être confus à ce stade, c'est tout à fait normal !

Je vais donc vous les résumer : et si vous savez compter jusqu'à sept, je vous demande de les mémoriser. D'ailleurs, nous allons vous aider ; vous pouvez télécharger des ressources utiles à cette adresse :

www.poterecervelloquantico.it/libro 3. Enfin... je vous demande de commencer à mettre cela en pratique.

Parmi ces trois points, celui-ci est celui sans lequel rien ne peut se produire (évidemment !).

Enfin, vous trouverez peut-être utiles certaines des questions fréquemment posées lors de nos séminaires en direct. Vous trouverez des ressources complémentaires en suivant le lien que nous venons de vous fournir. Celles-ci comprennent des FAQ, des outils pour suivre votre progression avec la méthode, et bien plus encore.

Vous verrez : ce sont des outils très pratiques dans certaines phases de l'itinéraire (mais je vous en dirai plus à ce sujet plus tard).

Bien : commençons donc par l'exposé de la méthode.

Et commençons par...

Introduction à l'étape 1 de la méthode de programmation quantique : IDENTITÉ

Dans cette première étape, plusieurs « niveaux » de ceux que je vous ai expliqués précédemment dans l'introduction sont mélangés.

Par exemple, il y a le niveau d'identité.

Mais aussi le niveau de cohérence.

Le concept de base est le suivant...

Si vous désirez quelque chose (et TOUT LE MONDE désire quelque chose, même les ascètes)... alors réfléchissez à QUI VOUS DEVEZ ÊTRE pour l'obtenir, et liez ce que vous désirez à votre identité.

Car si vous ne pensez pas être la bonne personne pour obtenir ce que vous désirez, votre cerveau, par le biais de la « constance », ne vous « accordera » pas à ce que vous voulez devenir.

Quelques exemples.

Une personne qui se sent riche aura tendance à l'être.

Il connaîtra peut-être des périodes de « faible richesse », voire de pauvreté (le cas, hélas trop célèbre, de Donald Trump qui, après avoir perdu tout son argent et accumulé des millions de dollars de dettes, s'est comporté comme un riche et, grâce notamment à cela, a réussi à remonter la pente et à gagner plus d'argent qu'auparavant).

Une personne habituée à être en forme a peu de chances de prendre du poids au-delà d'un certain seuil. Et même si cela arrivait, la « constance » avec sa personnalité profonde (ou par « programmation ») la ramènerait rapidement à son poids d'avant.

L'identité est une chose forte.

C'est ce qu'il y a de plus puissant.

C'est ce qui fait toute la différence.

Je voudrais vous donner quelques exemples supplémentaires afin que vous puissiez commencer à contextualiser ce que vous lisez par rapport à ce qui se passe dans votre vie :

JE SUIS UN EXCELLENT PILOTE.

Il est impossible qu'il arrive dernier.

Et si j'y parviens, ce sera temporaire, et je ferai tout mon possible pour retrouver ma vitesse d'antan.

JE SUIS UN EXCELLENT MANAGER.

Il est impossible que mon entreprise soit en difficulté.

Mais même s'il dysfonctionne, je ferai tout mon possible pour qu'il fonctionne à nouveau correctement.

Et ainsi de suite.

Quelle est votre IDENTITÉ ?

QUEL EST VOTRE SENTIMENT DANS VOTRE INTIMITÉ ?

Si vous avez l'impression , par exemple, de ne pas pouvoir joindre les deux bouts et que vous créez une entreprise pour réaliser un profit important... eh bien, cela pourrait être une entreprise longue et épuisante.

Si vous avez l'impression d'être une femme qui a toujours eu des problèmes de poids et que vous commencez un régime... cela aussi risque d'être un processus long, inefficace et épuisant.

Si vous avez le sentiment que les relations sont difficiles, et que vous l'avez toujours constaté chez vos amis, vos parents, vos proches... (attention sélective + programmation mentale)... il vous sera difficile de trouver la « bonne » personne, ou de vous entendre avec elle même si elle est déjà à vos côtés.

Le concept est-il clair ?

Vous voulez donc quelque chose.

C'est une évidence.

La question est : QUE voulez-vous accomplir ?

Selon vous, que manque-t-il à votre vie pour que vous vous sentiez mieux ?

Pour, comme dirait Italo, passer au niveau supérieur ?

Quand je pose cette question, il y a toujours quelqu'un qui répond : « Je ne sais pas ce que je veux. »

Et je réponds : « Absurde ! »

Eh bien, pas tout à fait comme ça. Je dis... « Allez, réfléchissez-y. »

Et au bout d'un moment, on se rend compte qu'il y a bien quelque chose.

« Eh bien oui, j'aimerais gagner plus, mais qui ne le voudrait pas ? »

« Eh bien, oui, j'aimerais avoir une bonne relation avec le bon homme, mais je ne pensais pas que c'était ce que vous vouliez dire. »

« Eh bien, oui, j'aimerais avoir plus de relations sexuelles (ce sont généralement des hommes !) , mais je pourrais aussi m'en passer ! »

Et ainsi de suite.

En résumé : on désire toujours quelque chose.

Mais parfois, on a l'impression que ce que l'on veut doit être quelque chose de noble, comme « ma grande mission dans la vie ».

Et qui a dit que c'est ce que nous recherchons pour atteindre notre objectif ?

Si vous pensez cela, la raison est très simple : quelqu'un a implanté ce programme dans votre esprit.

Mais vous en savez maintenant assez pour le reconnaître comme tel.

Se réaliser soi-même est en réalité assez simple. Il suffit d'aller vers ce que l'on désire, quand on le désire, en accord avec son identité.

Et bien sûr (et surtout) : PROFITEZ du voyage.

Voici le secret simple de la réalisation de soi – ou du moins : c'est ce que Italo et moi pensons.

Dans tous les cas, si vous ne savez pas quel est votre but dans la vie en ce moment, c'est probablement parce que... vous n'avez pas encore atteint votre prochain objectif.

Il est en effet fort possible que, jusqu'à ce que vous atteigniez votre « prochain objectif visible », ce que vous savez déjà vouloir réaliser aujourd'hui (comme un poids idéal, le bien-être)

(économique, etc.) à ce stade, il vous sera difficile de « voir » au-delà et donc de comprendre votre « objectif ultime » (si tant est que l'on puisse en parler).

La raison tient, entre autres, au fonctionnement du cerveau : par priorité.

C'est pourquoi, si vous sentez au fond de vous que « cela » est votre prochain objectif, même s'il est « petit », « ignoble » ou « différent de ce que vous imaginiez »... eh bien, la bonne nouvelle est que vous aussi avez un objectif suffisamment valable et digne d'être utilisé avec cette méthode.

Et rien ne vous empêchera, une fois cet objectif atteint ou même pendant que vous êtes sur le chemin qui vous y conduit (et que vous sentez que le moment est venu), de mieux comprendre ce que vous voulez, et à ce moment-là de « dévier » vers le chemin que, au fil de votre évolution, vous aurez compris être le meilleur pour vous.

Mais devinez quel est le seul moyen de trouver le bon chemin pour vous ?

C'est exact : poursuivre ce premier objectif clair qui, selon vous, apporterait immédiatement une amélioration tangible à votre situation, comme « Je veux perdre du poids, je veux une meilleure relation, etc. »

Transformez ce que vous voulez en ce que vous êtes

Donc, une fois que nous savons que ce que vous désirez est acceptable, commençons à le transformer en un objectif adapté à la programmation mentale quantique.

Bien sûr, de nombreuses disciplines nous aident et nous apprennent – vous l'avez peut-être déjà entendu – à nous fixer un bon objectif :

- Vous devez réfléchir à quelque chose de très précis
- Vous devez fixer une date précise
- L'objectif doit être très mesurable... etc. etc.

Parfait : vous savez déjà comment faire, n'est-ce pas ?

Non.

Parce que ça ne se passe PAS comme ça ici (la raison en est que cela fonctionne à un niveau différent ici).

Le problème est le suivant :

ici, vous ne fixez pas d'objectif concret conforme à ces canons.

Ici, en revanche, on travaille sur l'identité.

C'est un tout autre niveau.

Et je crois, également à la lumière des études d'Italo, supérieur.

UN EXEMPLE.

JE VEUX LA « LIBERTÉ FINANCIÈRE »

Un expert en disciplines classiques de développement personnel, comme la PNL elle-même (que je trouve fascinante), vous dirait : « Transformez cela en quelque chose de précis : par exemple, je veux 15 000 euros par mois d'ici le 15 janvier 2015. »

Vous avez donc programmé votre cerveau !

Et d'une certaine manière... c'est vrai.

Mais nous ne faisons pas cela.

En fait, une chose qu'Italo a découverte, en matière d'objectifs, c'est qu'il existe deux façons de les atteindre :

1. Celui qui n'existe que par l'effort et le labeur. Où EFFORT signifie FORCE EXCESSIVE (actions, actions, actions...).
2. L'autre se fait de manière fluide et naturelle... en quelque sorte. façon de « transporter » à partir du courant.

Lequel fonctionne ? Les deux fonctionnent.

Il y a deux façons d'arriver au même résultat : c'est à vous de choisir celle que vous préférez.

Personnellement, j'ai longtemps utilisé la méthode « occidentale », celle avec la date, pour ainsi dire.

Eh bien, vous savez quoi ? Ça a super bien marché ! Du moins au début.
Je me souviens encore d'un objectif qui me paraissait incroyable au départ.

En tant qu'entrepreneur, je rêvais de me retrouver à la banque avec 250 000 euros de « capital ».

Au final, un objectif « modeste », si l'on considère qu'il correspond plus ou moins à la valeur d'une maison.

Le problème, c'est que je n'avais que quelques centaines d'euros en banque à l'époque. Et je n'avais pas de maison !

J'en ai parlé à mon entraîneur de l'époque, et il m'a regardé et m'a dit : « C'est tout ? C'est ça ton "grand" objectif ? »

Eh bien, ça me suffit.

Il a dit : « Fixez une date. Divisez le montant souhaité par le nombre de jours entre cette date et le montant à atteindre. Chaque jour, faites ce qu'il faut pour y parvenir. »

Eh bien, comme je vous l'ai dit, j'ai toujours adoré expérimenter.

Je l'ai donc fait, en faisant entièrement confiance (peut-être même trop) à ce qu'il avait suggéré.

Le problème ?

Au bout d'un moment, je me suis rendu compte que je ne respectais pas mon emploi du temps .

Puis j'ai commencé à courir.

La réponse était : je fais plus et je dors moins.

Ensuite : j'en fais encore plus.

E : Je dors encore moins.

Inutile de préciser que ces années ont été extrêmement intenses .

Au bout d'un moment, je dois dire la vérité, j'étais presque certain que ce n'était pas le cas. J'aurais pu y arriver.

Mais je me souviens très bien du moment où, au lieu de cela... c'était en décembre (car la date « d'expiration » était en décembre), j'ai pensé... « Zut, je n'y suis pas arrivé ! ».

J'ai commencé à faire les calculs, sans grande conviction.

Mais à ma grande surprise... j'ai découvert qu'en tenant compte de tout le reste, de l'évaluation des différents actifs immobilisés, de la liquidité, etc., j'avais en fait atteint ce chiffre !

Un peu plus. Je ne me souviens plus exactement, mais environ 250 000.

Vraiment : quand j'ai terminé les calculs... j'étais totalement stupéfait, notamment par la grande précision avec laquelle j'y suis parvenu.

J'en ai immédiatement informé Italo, que je connaissais déjà, et sa famille.

Ce fut un moment historique pour moi.

Bien sûr : j'avais travaillé si dur pendant toutes ces années.

La famille n'était pas très contente.

En fait, une fois ce moment passé, j'ai décidé de réessayer et d'entamer un nouveau cycle !

À ce stade, j'avais compris le jeu.

J'ai donc défini un autre objectif, avec un délai plus court.

Dans ce cas, un an.

Même à ce moment-là, j'étais très en retard, mais cela ne m'inquiétait pas.

Au lieu de cela, j'ai réagi comme la dernière fois : j'ai décidé d'en faire plus, plus, plus, encore plus !

J'en ai fait tellement que, dans le même temps, une crise conjugale a éclaté, me conduisant même à risquer le divorce (que j'ai heureusement évité par la suite).

Bref : je suis arrivé à la fin de l'année et j'ai fait les calculs.
nouveau.

Mais cette fois... sans surprise : j'étais LOIN d'atteindre ce résultat.

Comment était-ce possible ?

Pourquoi cela a-t-il fonctionné la première fois et pas la seconde ?

Aujourd'hui, je sais pourquoi.

Vous le savez peut-être déjà, après avoir lu tout ce qu'Italo vous a dit, mais je tiens à vous l'expliquer aussi avec mes propres mots.

Les objectifs « occidentaux », les objectifs « orientaux »... et les règles du jeu

En réalité, un but est quelque chose de divin.

Je vous l'ai déjà expliqué, un objectif est quelque chose que personne ne devrait juger : si vous le sentez, c'est le bon (pour le moment où vous vous trouvez).

Mais, même si nous vivons dans un monde aux possibilités infinies, sachez qu'il existe des RÈGLES.

Oui, il y a des règles au jeu.

- Pour qu'un bateau ne coule pas, la poussée d'Archimède doit être supérieure à son poids.
- Pour qu'un avion vole, la portance de ses ailes doit le lui permettre.
- Pour qu'une personne perde du poids, elle doit consommer moins de calories qu'elle n'en dépense.
- Pour qu'une relation fonctionne, il faut savoir s'y prendre, et la coopération et la volonté des deux parties.

Il y a des règles à tout. Il est fort improbable que vous parveniez à faire flotter un bateau contre la poussée d'Archimède, même en faisant de nombreux exercices mentaux (mais je suis toujours ouvert à la possibilité que quelqu'un utilise son esprit à ce point, alors si vous pensez en être capable, n'hésitez pas à me contacter).

Ainsi, au-delà des phénomènes « hors du commun », ce qui se passe lorsque vous vous fixez un objectif précis, de type occidental, avec une date et des chiffres précis (par exemple, je pèserai 60 kg le 15/06/2015), c'est que vous vous imposez en réalité des limites qui pourraient, pour autant que vous le sachiez, enfreindre certaines règles.

Si cela s'est bien passé pour vous (comme dans mon premier cas, où j'étais déjà « prêt » à obtenir ce résultat), alors c'est parfait.

Mais ce n'est pas toujours le cas.

PAR EXEMPLE, si vous pesez 250 kg et que vous souhaitez atteindre 100 kg tout en restant en bonne santé, il se peut que les 6 mois que vous vous accordez ne soient pas humainement suffisants pour que votre corps prenne un poids aussi important (– 150 kg en 6 mois, ça sonne comme une publicité !).

Mais lorsque vous vous fixez un objectif aussi précis, il est évident que vous ne pouviez pas le savoir.

En résumé : vous violiez une « loi de la nature », ce qui risquait de mettre en danger, dans ce cas précis, votre santé.

Autrement dit : vous n'aviez pas préparé au préalable les conditions permettant d'atteindre cet objectif en si peu de temps, quelles que soient les actions « non extrêmes » que vous ayez entreprises pendant cette période.

En clair, pour atteindre cet objectif à cette époque, il aurait fallu remettre en question des choses importantes : sa santé, par exemple en subissant une intervention chirurgicale, son éthique, son identité, ou que sais-je encore.

En résumé : « vouloir, c'est pouvoir », mais si vous voulez agir en accord avec vous-même, vous devez respecter les lois de la réalité.

Comme Italo l'a rapporté précédemment : « Les miracles ne se produisent pas en contradiction avec la nature, mais en relation avec ce que nous en savons. »

Ce concept est particulièrement visible, encore plus qu'en matière d'objectifs de santé et de bien-être, en ce qui concerne les objectifs financiers.

Sachant qu'il y a des gens qui gagnent un million d'euros par mois, pourquoi ne pourrait-on pas dire aussi « dans un mois, je gagnerai un million d'euros » (en supposant qu'aujourd'hui on voyage avec deux zéros de moins) ?

Personne. Tu peux le faire !

Cependant, vous devriez au moins prendre en considération le fait que quelqu'un qui gagne un million d'euros par mois a probablement une identité très différente de la vôtre, une identité qui lui a permis de...

Au fil du temps, elle a créé les conditions qui lui ont permis de gagner le fameux million d'euros en un mois. Ces conditions respectent les règles du jeu.

Sans entrer dans les détails (car il est très difficile de comprendre quelles sont les « règles du jeu », puisqu'elles varient selon l'objectif), on pourrait supposer que pour gagner un million d'euros en 30 jours, il faut probablement déjà avoir une entreprise, ou des actifs déjà constitués, des compétences à exploiter, des revenus, des héritages, une certaine « préparation mentale » (programmation) ou que sais-je encore.

Pour y parvenir en seulement 30 jours, il faudrait soit que certaines conditions soient déjà réunies, soit être capable de les créer très rapidement.

À ce stade, il y a 2 cas.

Premier cas : vous êtes déjà « prêt » à atteindre ce résultat dans le délai que vous avez fixé, en fonction de votre histoire, de votre famille, de vos réflexions, de vos compétences, de vos connaissances, etc.

Il vous suffit d'une pensée et d'une intention (et donc d'une action).

Dans ce cas, en un seul mois, vous pouvez accomplir de grandes choses, comme créer une application et la vendre à une multinationale, ou qui sait quoi d'autre qui vous amène là « en harmonie » avec les règles du jeu.

L'exemple célèbre de la « page d'accueil à un million de dollars » me vient à l'esprit . Une simple page web, créée à partir d'un million de points (pixels), qu'un homme a eu l'idée de vendre un dollar par point. Il facturait un dollar par pixel. L'idée était tellement folle qu'il a vendu tous les espaces disponibles et a rapidement gagné un million de dollars.

Ce garçon avait exprimé une pensée et une intention , et il avait eu le courage de les concrétiser par des actions concrètes.

Mais il a obtenu ce résultat « selon » les règles du jeu. Par exemple, il pensait créer quelque chose qui avait du sens sur le plan commercial, même si c'était bizarre.

Il était disposé à vendre des espaces. Il avait compris qu'il devait faire connaître cette initiative. Et ainsi de suite.

Bien sûr, un employé de bureau qui s'attend à ce que son employeur multiplie son salaire par cent le mois prochain sans qu'il ait à lever le petit doigt aura beaucoup de mal à imaginer que cette idée se réalise, car elle est, presque partout, en contradiction avec les lois de la nature.

Pour revenir à l'exemple de gagner « un million d'euros en 30 jours » : si vous êtes loin de ce niveau d'affirmation aujourd'hui, il est possible que vous ne puissiez pas créer les conditions adéquates en si peu de temps. Cela signifie simplement que ce délai était incompatible avec la transformation complète de votre identité actuelle et des conditions qu'elle implique. Cela ne signifie pas pour autant que vous n'y parviendrez jamais !

Mais dans ce cas, que se passe-t-il si vous souhaitez tout de même atteindre votre objectif à temps en suivant la méthode « occidentale », mais qu'après cinq jours, vous vous apercevez que vous êtes en retard ?

Ainsi, selon cette ligne de conduite, il faut être prêt à tout sacrifier sur l'autel de ce résultat, y compris l'éthique et la liberté (on pourrait même envisager des escroqueries, des vols, etc.).

Et cela a bien sûr des conséquences négatives (d'autant plus que vous êtes immergé dans un domaine universel, comme vous le savez).

En bref : aujourd'hui, lorsque vous vous fixez un objectif, vous ne disposez tout simplement pas des compétences nécessaires pour choisir le « moment » où vous devez l'atteindre, sans risquer d'enfreindre les « lois de la nature » et sans risquer d'aller « à l'encontre » de ce que vous croyez être juste, vous « violant » d'une certaine manière, vous-même et, souvent, les autres.

Ainsi, vous pouvez potentiellement faire, avoir ou être ce que vous désirez, au moment voulu. Mais gardez à l'esprit que si vous souhaitez y parvenir « en douceur », votre esprit, une fois correctement orienté, vous guidera pas à pas.

Il s'agit maintenant de découvrir tout ce dont vous avez besoin pour y parvenir exactement dans les plus brefs délais : tout d'abord les fameuses « règles du jeu » dont je vous ai parlé précédemment, puis les compétences nécessaires, etc.

Cette méthode de flux est la méthode pour atteindre des objectifs que j'appelle « Orientale » (j'ai inventé cette distinction car elle correspondait à mes schémas de pensée ; vous êtes donc autorisé à créer le vôtre si cela ne correspond pas à votre idée de ce qu'est l'« Orientale »).

Dans cette méthode « orientale », même la variable « temps pour atteindre l'objectif » sera une découverte que vous ferez en cours de route.

Une variable que vous ne pouvez tout simplement pas définir en connaissant parfaitement les faits au départ et, même si vous le faisiez, vous feriez des déclarations plus ou moins aléatoires, basées sur vos connaissances actuelles, qui, selon toute vraisemblance, ne sont pas précises.

C'est pourquoi parfois les choses se passent bien et parfois non. Quand les choses se passent bien, c'est parce que vous êtes en train de concrétiser un ensemble de « conditions » que vous aviez préalablement créées.

Mais parfois, on peut se tromper lourdement, ce qui peut avoir un impact négatif sur notre identité (« Je n'ai pas réussi – je suis quelqu'un qui vise ses objectifs »). Il s'agit là aussi d'une programmation mentale (source 4 : vous-même et les histoires que vous vous racontez).

En résumé, comment fonctionnent les objectifs occidentaux, qui engendrent ce problème ?

Voici comment ils fonctionnent :

- Vous placez quelque chose dans le futur (avec une date et une mesurabilité).

EXEMPLE : Je veux une maison de 3 chambres d'ici... • Les coachs vous disent souvent : « Doublez la mise ! Triplez-la ! » • Puis ils vous disent : « MAINTENANT, FAITES TOUT CE QUI EST EN VOTRE PORTÉE POUR Y PARVENIR. »

En fait, ils vous disent : « Tous les X jours, faites un point et voyez où vous en êtes, et si vous êtes en retard, faites-en plus ! »

C'est une méthode qui fonctionne vraiment. Je l'ai constaté de visu.

Mais cela suppose que vous vous soyez fixé un objectif compatible avec votre parcours et votre situation actuelle.

Mais surtout... cela demande beaucoup d' EFFORTS !

Pourquoi?

Parce que c'est une manière de procéder très tendue .

La « date d'expiration » crée, par définition, une certaine « pression » sur vous.

Bien sûr : en agissant ,

vos identité change progressivement.

Mais à ce stade, sur l'autel de l'objectif, il faut être prêt à tout sacrifier... même tout.

Tout ce qui ne vous permet pas d'atteindre votre objectif devra peut-être être sacrifié.

Vous vous souvenez de l'entraîneur dont je vous ai parlé tout à l'heure ? Celui qui m'a aidé à fixer mon objectif de 250 000 € (et à qui je serai toujours reconnaissant) ?

Eh bien, il semble être millionnaire.

Malheureusement, on ne peut pas dire qu'il jouisse d'une excellente santé ; il n'a pas vu ses enfants grandir ; il a renoncé à beaucoup de choses pour devenir celui qu'il est.

En résumé : bien qu'il soit une personne heureuse, son corps porte les marques d'un stress qui dure depuis bien trop longtemps.

Si c'est votre choix, très bien. Personne ne peut vous juger pour cela.

Cependant, il est également vrai que cela signifie, dans de nombreux cas, se FORCER la main.

Cela engendre du stress, de l'anxiété et, dans certains cas, de la déception.

Oui, cela vous permet de passer au niveau supérieur dans le domaine que vous avez choisi.

Mais trop souvent de manière non harmonieuse.

Et trop souvent... au prix fort.

Un prix qu'il n'était peut-être pas judicieux de payer.
Ou peut-être que oui, mais là n'est pas la question.
Alors je me demande : existe-t-il une autre façon d'obtenir le même résultat ?

Je suis convaincu que, également sur la base de notre
Oui, il existe une autre méthode. C'est celle que j'appelle,
comme vous le savez, « orientale ».
Là où le but n'est pas seulement ce que vous atteindrez au final, mais aussi le
chemin parcouru.
Là où vous prenez en compte vous-même et votre tout.
Là où le chemin traverse...

Un déroulement sans effort

Imaginez combien il serait merveilleux de ne pas avoir à « redoubler d'efforts » (et
à subir la « tension » d'une échéance) pour obtenir un résultat, mais simplement à
suivre le cours naturel des événements.

Attention : vous devez lever les fesses de la chaise !

Ne vous prenez pas pour le « monsieur spirituel du quartier » qui ferme les yeux
et attend qu'on frappe à sa porte.

Si votre cerveau vous suggère « Fais ceci », vous devez le faire.

L'une des choses les plus mal comprises concernant la loi de l'attraction et les
phénomènes similaires, à mon avis, a toujours été celle-ci : fermez les yeux, et tout
se produit.

La seule chose qui se passe si vous fermez les yeux ?

Vous risquez de vous endormir (et pas seulement au sens figuré !).

Non : nous avons déjà dit que l'univers a ses RÈGLES.

Voler, naviguer... et atteindre des objectifs.

Une des règles est qu'on n'obtient rien sans une ou plusieurs actions de
« concrétisation ».

Italo l'a également expliqué à plusieurs reprises dans les pages précédentes.

En effet, Italo raconte souvent des histoires vraies, que je me permets d'emprunter
dans ce cas précis.

C'est l'histoire de son départ de chez lui à dix-neuf ans pour travailler. Ce n'était pas une période particulièrement heureuse de sa vie. Il était militaire et a été envoyé à environ 600 kilomètres de chez lui.

Il sortit le premier samedi disponible et, ce soir-là même, rencontra une fille dont il tomba amoureux. Elle avait quelques années de plus que lui (elle avait vingt-trois ans à l'époque).

Une petite fée !

Elle était étudiante en psychologie (vous pouvez donc imaginer le genre d'alchimie que cela a engendrée, une alchimie qui correspondait également à ses intérêts).

Italo raconte qu'ils passaient leurs soirées dehors, puis qu'ils prenaient la voiture et commençaient à discuter (je suis sûr qu'ils ne manquaient pas de sujets de conversation étant donné leurs intérêts communs) et à regarder les étoiles.

Un soir, deux soirs, trois soirs... et le troisième soir, cette fille dit à Italo : « Italo, tout est très beau, les étoiles sont très belles... mais on ne peut pas passer toute sa vie à regarder les étoiles... ! »

Quand Italo raconte cette histoire, le public éclate généralement d'un rire sonore et compréhensible.

C'est vrai, les étoiles sont magnifiques, mais on ne peut pas passer sa vie à les regarder.

D'une manière ou d'une autre, les choses doivent se concrétiser, et le seul moyen d'y parvenir est l'action.

L'action est donc à la base de tout, mais l'action peut être spontanée et naturelle... ou elle peut être le fruit d'un effort.

Une même action peut être les deux.

Effort ou force

Pour clarifier la différence, je vais emprunter une autre histoire qu'un ami m'a racontée.

Il y a deux maçons qui travaillent tous les deux très dur.

Trempés de sueur, ils travaillent sans relâche sur le même projet.

Un passant demande au premier : « Que faites-vous ? »

Et il a dit : « Vous ne voyez pas ? Je suis en train de construire ce mur de briques. C'est incroyablement fatigant, il fait une chaleur torride et il me reste encore des heures de travail. »

« Et pourquoi faites-vous cela, pardon ? »

« Eh bien, comment croyez-vous que je vais pouvoir nourrir quatre enfants autrement ?! »

« Laissez-moi travailler, allez-y ! ».

Son air crispé et sa réaction irritée laissent penser que ce maçon ne se contente pas de travailler dur, mais qu'il fait bien plus que cela. Autrement dit, il déploie des efforts.

Le passant se tourne alors vers l'autre maçon qui construit le même mur, à quelques mètres de là.

L'autre maçon est tout aussi en sueur, mais contrairement au premier, il a un visage détendu et serein et une lueur différente dans les yeux .

« Que faites-vous ? » demande le passant.

« Ah, c'est magnifique : je suis en train de construire un chef-d'œuvre. »
Ceci, ma chère, sera la maison de Dieu.

« Et pourquoi faites-vous cela ? »

« Parce que je veux pouvoir en parler à mes enfants. C'est quelque chose dont je suis fier. »

Voici : cette histoire simple vous
montre la différence entre l'effort et la force.

Le premier maçon fait des efforts.

Le second utilise sa force.

Font-ils des choses différentes ? Non.

Mais à l'intérieur d'eux, la perception de la fatigue est totalement différente.

Le second maçon pourrait-il construire son église sans
Aller affronter la chaleur pour construire le mur ?

Non.

Écoutez : même vous, si vous gardez les yeux fermés toute la journée, si vous ne faites que
des projets et si vous ne faites que toutes ces choses « new age » que vous avez pu lire un peu
partout, vous ne construirez jamais rien dans votre vie.

Non : il faut y aller et mettre de l' énergie dans ce que l'on veut faire.

Ce qui compte vraiment, c'est de faire ce que votre cerveau vous dicte, au moment
où il vous le dicte. Ou de ne rien faire du tout.

Voilà la différence.

C'est un excellent petit choix.

COMMENT VOYAGER VERS VOS DÉSIRES :

LA MÉTHODE

Revenons à nous...

Comment vous dirigez-vous vers vos plus grands désirs ?

Comment y parvenir sans effort ni stress, mais en agissant en harmonie avec nous-
mêmes et avec qui nous sommes ?

Voici la méthode...

Étape 1 de la méthode :

Transformez ce que vous voulez en ce que vous êtes

Voici comment ça fonctionne.

OBJECTIF : « Je veux être la personne mince dont j'ai toujours rêvé. »

Comment mon objectif sera-t-il transposé dans mon identité ?

Ce sera comme ça : « Je suis en pleine forme. »

Mais que direz-vous ?

Et je ne prends pas autant de poids que je le souhaiterais ?

Et je ne le mets pas de côté quand j'en ai besoin ?

Non.

Parce que vous vous en remettez à « l'univers », compris comme le tout.
de toutes les variables toujours « interconnectées » les unes aux autres.

C'est l'univers (ou le cerveau, si vous préférez) qui vous incitera à vous comporter conformément à votre nouvelle identité, laquelle vous suggérera le bon chemin pour y parvenir.

Et ce n'est pas tout : puisque « l'univers/la nature » ne digère pas vraiment les déchets, il vous y conduira... tout simplement dans les plus brefs délais, en tenant compte de :

- Votre point de départ.
- Votre « karma ».
- Votre environnement.
- Vos connaissances.
- Votre parcours.
- Vos autres objectifs importants... bref, tout.

Italo dit...

Lorsque vous vous fiez uniquement à une intention spécifique pour manifester ce que vous désirez, vous limitez votre potentiel car celui-ci se trouve restreint à votre capacité d'imagination.

Votre esprit vous suggérera plutôt toutes les actions à entreprendre pour y parvenir, dans les plus brefs délais.

Après tout, vous vous souvenez du schéma pensée-événement , n'est-ce pas ?

Si le fait d'atteindre cet objectif vous fait réfléchir à l'effort fourni, que se passera-t-il ?

Le résultat sera une bonne raison de faire un effort.

Et si vous misiez sur une identité plutôt que sur l'effort ? Vous savez maintenant comment répondre...

Je n'ai donc pas besoin de définir d'étapes intermédiaires ?

Vous pouvez le faire si vous le souhaitez, mais ne perdez jamais de vue l'idée que, si vous organisez les choses comme je l'ai suggéré, vous y parviendrez déjà, dans les plus brefs délais.

Bien sûr, j'ai utilisé l'expression « forme parfaite » en supposant que vous compreniez ce qu'elle signifie pour vous. Il n'est pas nécessaire de l'écrire ; mais si vous souhaitez préciser, décrivez ce qu'une personne en forme parfaite représente pour vous.

N'essayez pas de « créer un concept », écrivez-le au fur et à mesure qu'il vous vient. L'astuce consiste à utiliser une neuro-association (modèle mental ou programme) que vous possédez déjà.

Si pour vous, « avoir une forme parfaite » signifie une certaine apparence physique, une certaine santé... alors c'est cela, « avoir une forme parfaite ».

Votre cerveau ne vous trompe pas : quand vous serez en pleine forme, vous serez en pleine forme.

N'oubliez pas que, même si le cerveau est une machine puissante et extraordinaire, il n'est rien de plus qu'un excellent performeur.

Même chose pour « Je veux plus de satisfaction » économique".

Beaucoup de gens utilisent le concept de liberté financière, donc j'utiliserai ce concept.

La liberté financière serait techniquement définie comme suit : « Je dois gagner plus que mes coûts fixes. »

Un concept parfois complexe à appréhender pleinement. Heureusement, votre cerveau vient à votre secours.

Pour vous, être financièrement libre signifie probablement avoir le temps de faire ce que vous aimez.

Cela signifie que vous pourriez potentiellement ne pas travailler.

Cela signifie : « Fais comme ce type que je connais qui prétend être financièrement libre » (qu'il le soit réellement ou non n'a aucune importance).

En bref : c'est un concept déjà bien défini en vous.

Il n'est pas nécessaire d'être précis, car votre cerveau sait ce que vous voulez.

« JE SUIS LIBRE FINANCIER » est déjà
un objectif bien formulé dans le cadre de la
programmation quantique.

Ou encore : « JE VEUX L'HOMME QUI ME CONVIENT. »

Cela devient quelque chose comme : « Je suis une femme épanouie dans une relation. »

Là aussi, on peut l'exprimer de 100 façons différentes : si l'épanouissement dans une relation correspond à ce que vous entendez par là, alors ce sera votre formulation (sinon, utilisez la définition qui correspond le mieux à ce que signifie pour vous trouver l'homme idéal).

Pourquoi ça marche ?

Encore une fois : parce que cela signifie se fixer un objectif en lien avec son identité.

Mais attention : plus vous ajoutez de références, plus vous ajoutez de « conditions », plus vous mettez la pression et plus vous limitez les possibilités de « l'univers » de vous mener rapidement vers ce que vous voulez (et plus vous risquez d'« enfreindre » les règles).

Tout cela ne signifie qu'une chose : atteindre votre objectif sera plus difficile et plus fatigant. Bien sûr, vous y parviendrez, mais ce sera plus compliqué.

Par exemple, si je disais : « JE SUIS UNE FEMME ÉPANOUIE AU SEIN D'UN COUPLE ET JE SUIS AVEC NICOLA. »

Cela constituerait une limitation énorme et placerait également la responsabilité de votre épanouissement en dehors de vous-même.

Attention : limitez-

vous à ce que vous devez être pour obtenir ce que vous voulez.

Laissez ensuite faire son œuvre... votre
cerveau et l'Univers (toujours compris comme
l'ensemble des « interconnexions »).

Un détail fondamental : VOTRE NOM

Nous verrons pourquoi dans quelques lignes, mais un élément fondamental, outre le « Je suis », est d'ajouter LE
VOTRE NOM...

« Je suis JL Marshall et je suis un homme qui réussit dans un couple. »

« Je suis JL Marshall et je suis en parfaite santé. »

« Je suis JL Marshall et je suis financièrement libre. »

« Je suis Italo Pentimalli et je suis un écrivain à succès. »

« Je suis Italo Pentimalli et je suis... »

Pourquoi indiquer votre nom ?

Pourquoi avons-nous besoin de « réécrire » certains neuro-associations (synapses, programmes mentaux déjà existants).

Rappelez-vous comment fonctionne le cerveau : il utilise des instructions de base et, en les combinant, crée des concepts complexes.

Donc, si nous disposons déjà d'instructions de base, ne pas les utiliser serait dommage, vous ne trouvez pas ?

En les utilisant, nous facilitons la tâche du cerveau : il possède déjà cette information, il lui suffit de la relier d'une manière différente.

Bien sûr, « Je suis » est déjà une abréviation pour votre concept d'identité, et suggère que vous n'avez pas besoin d'ajouter votre nom au simple « Je suis ».

Mais le fait d'ajouter votre nom en premier renforce cet effet en y intégrant la composante « comment vous vous voyez de l'extérieur », c'est-à-dire la façon dont vous voyez la personne appelée « NOM et NOM ».

Oh, je ne vais pas aborder ici le domaine « quantique », où l'on est « PRÉNOM et NOM » pour les autres, et non « je suis ». Mais si vous vous souvenez du concept d'« interconnexion » et de « champs électromagnétiques », vous comprendrez peut-être pourquoi cet élément « nom » est si important, n'est-ce pas ?

De plus, insérer votre nom avant « Je suis » crée une association neuronale entre votre identité actuelle et celle que vous souhaitez adopter. Votre nom vous appartient profondément, mais en fin de compte, il est aussi, à bien y réfléchir, un élément extérieur à vous.

Enfin, si vous effectuez un test « empirique », vous constaterez que dire à voix haute « Je suis NOM et NOM et je suis en pleine forme » est

Bien plus puissant que de dire « Je suis en pleine forme ».

On peut vraiment le « sentir ».

Vous comprenez donc pourquoi il est important d'indiquer votre nom ?

Très bien, passons à la suite. Que se passe-t-il si vous voulez obtenir... quelque chose de difficile à convertir en identité ?

Ce que je veux dire, c'est que vous constaterez peut-être que certains objectifs que vous désirez ne se transforment pas facilement en identités à part entière, comme les voitures, les maisons, etc.

Cependant, comme vous le verrez bientôt, ces éléments peuvent faire partie d'un certain type d'identité que nous avons en tête (presque comme s'il s'agissait d'« accessoires » à cette identité).

Voici un exemple d'objectif typiquement masculin : « Je veux avoir une Porsche. »

Ce n'est pas une identité en soi et elle ne peut être transformée en identité.

Mais cela peut être un accessoire à une identité que je désire.

Et si je le souhaite, compte tenu de ce que je vous ai expliqué précédemment, il est tout à fait logique que je commence au moins le chemin pour y parvenir (sans jugement !).

Dans ce cas précis, je devrais dire : « Je suis JL Marshal, je suis financièrement indépendant et je conduis une Porsche. »

J'ai simplement ajouté un « accessoire » à mon identité de personne financièrement indépendante, qui est elle-même associée à mon nom.

Le concept est-il clair ?

Certes, plus vous désirez des choses précises (la Porsche), plus il vous faudra de temps pour les obtenir et plus cela demandera d'efforts... mais rien ne vous empêche de le faire, si un tel objectif vous fait du bien.

Il suffit de savoir ce que l'on fait.

Laissez alors votre cerveau faire le travail : votre cerveau sait qui vous devez être. être « conducteur de Porsche »...

Et s'il ne dispose pas de toutes les informations aujourd'hui (ce qui est presque certain, sauf si vous vous trouvez déjà dans cette situation), alors il commencera à vous donner envie de vous informer.

Que devrez-vous faire à ce moment-là ?

Il vous suffit de suivre cette nouvelle « voix intérieure ».

Par exemple : avez-vous envie d'entrer chez un concessionnaire, même si vous n'avez pas les moyens de vous offrir une Porsche aujourd'hui ? Eh bien, faites-le. Cette petite décision aura des conséquences insoupçonnées (les petits changements, vous vous souvenez ?).

Quelques EXEMPLES...

Voici quelques exemples de choses concrètes transformées en identités. Je vous donnerai aussi plusieurs exemples imaginaires, juste pour vous donner une idée claire du processus.

Cela vous facilitera la tâche dans votre cas particulier.

« JE VEUX LA MAISON DE MES RÊVES »

- « Je m'appelle NOM NOM, je suis en parfaite santé et je vis dans la maison parfaite pour moi. »

On peut aussi être plus détaillé (mais attention : plus vous ajoutez de détails, plus vous risquez d'y passer trop de temps et de devoir fournir des efforts). • « Je m'appelle NOM

PRÉNOM, je suis en parfaite santé et je vis dans la maison idéale, avec au moins dix pièces et une piscine intérieure. »

« PLUS DE CONFIANCE AVEC LE SEXE

OPPOSÉ » • « Je m'appelle NOM NOM et j'ai beaucoup d'assurance. »

Ou plus précisément : « Je m'appelle NOM NOM et je suis très à l'aise avec le sexe opposé ».

Ou AVANT D'ÉCRIRE UN LIVRE... • « Je suis NOM NOM et je suis un grand écrivain. »

Ou plus précisément : « Je suis
NOM PRÉNOM et je suis un grand écrivain qui vend au moins 100 000
exemplaires. »
(Plus c'est précis, plus c'est stressant.)

Un autre exemple, pour les hommes...

- « Je m'appelle NOM NOM et je conduis la voiture de mes rêves. »
Ou plus précisément :
« Je suis NOM NOM et je conduis la Ferrari de mes rêves. »

Comme vous pouvez le constater, c'est à vous de choisir le niveau de détail.

Mais sachez-le, je vous le répète, plus vous ajouterez de détails, plus l'effort requis sera important (ce n'est pas tout noir ou tout blanc, il y a aussi des nuances de gris).

L'idéal serait toutefois de toujours travailler uniquement sur l'identité.
Si vous dites trivialement...

« Je suis NOM NOM et je peux toujours m'offrir ce que je veux. »

...à ce stade, il n'est pas nécessaire de préciser quelle voiture vous souhaitez, quelle maison vous souhaitez, etc.

Mais d'un autre côté, vous devrez être prêt à apprécier ce qui viendra (et lorsque cela arrivera, vous découvrirez, en y réfléchissant bien, que c'était vraiment ce que vous vouliez).

Seize...

« Je m'appelle NOM PRÉNOM et je suis en parfaite santé. »

...vous n'êtes pas obligé de dire « Je veux un genou en bonne santé ».

Mais si vous souffrez d'un genou douloureux depuis des années et que c'est votre véritable objectif désormais, rien ne vous empêche de le dire. Cela deviendra ainsi...

« Je m'appelle NOM PRÉNOM, je suis en parfaite santé et mon genou est en pleine forme. »

Comprenez-vous le concept ?

L'important, c'est que ce soient des phrases courtes.

Je suggère un maximum de trois éléments par phrase.

Par exemple:

« Je m'appelle NOM NOM, je suis dans la relation qui me convient, je peux m'offrir ce que je veux et j'ai une grande confiance en moi. »

Considérez ceci comme une décision de niveau supérieur (avec 3 paramètres).

Je ne recommande pas d'aller plus loin. C'est déjà excessif, non seulement parce que le cerveau privilégie la simplicité (plus les choses sont simples, plus il vous guide rapidement vers leur réalisation et les associe à votre identité), mais aussi parce que cela complique la deuxième étape de la méthode.

Alors : choisissez ce qui compte le plus pour vous et n'utilisez que cela.

Les autres choses que vous souhaitez régler dans votre vie se mettront en place d'elles-mêmes, au fur et à mesure.

Ceci étant dit, je pense que nous avons bien couvert l'étape 1.

ÉTAPE 1 :
TRANSFORMER CE QUE VOUS
VOULEZ EN IDENTITÉ.

On pourrait écrire des tonnes de mots pour l'expliquer, mais au final, il s'agit de trouver sa propre phrase en quelques mots.

Le problème, c'est que sans ces explications, vous n'auriez pas vraiment compris (je n'ai pas eu à donner toutes ces explications à mon fils... il était jeune, mentalement déprogrammé et n'avait pas ^{été} besoin de beaucoup de ^{il} avait moins soutien rationnel, pour lui, c'était tout simplement comme ça).

Cette phrase, nous l'appellerons désormais... votre MANTRA
DE PROGRAMMATION.

MANTRA : Avant de continuer, il est indispensable de savoir de quoi nous parlons.

Depuis l'introduction du terme MANTRA, il est également essentiel de vous fournir un soutien rationnel afin que vous compreniez véritablement de quoi il s'agit.

Mantra est un terme sanskrit signifiant « le véhicule ou l'instrument de la pensée » : une expression ou une formule sacrée adressée à un Deva (un mot signifiant « ce qui est divin »).

Ce mot dérive de la combinaison de deux termes, MAN et TRA.

- Le verbe sanskrit MAN (« penser », dont manas : « pensée », « esprit », « intellect ») • combiné avec le suffixe TRA, qui correspond à l'adjectif sanskrit krt (« qui fait », « qui agit »).

Un mantra est donc une FORME
DE PENSÉE qui AGIT, qui FAIT.

Une forme de pensée donc dotée d'un haut degré de concrétude.

Le concept de mantra trouve son origine dans les croyances religieuses de l'Inde et dans des cultures religieuses telles que le védisme, le brahmanisme, le bouddhisme, le jaïnisme, l'hindouisme et le sikhisme, avant de se répandre à travers l'Asie (du Tibet à la Chine, en passant par le Japon, la Corée et le Vietnam).

Elle peut être représentée par un ensemble de sons ou de mots, une formule mystique ou magique, une prière, un chant sacré ou une pratique méditative ou religieuse ; et, étant en quelque sorte non seulement un ensemble de mots mais une véritable formule divine, ce même concept a été transmis dans toutes les cultures philosophiques, mystiques et religieuses.

Non seulement les moines bouddhistes fondent leur activité quotidienne sur la répétition de mantras spécifiques, mais en pratique, chaque répétition rituelle d'une série de mots constitue le cœur même du concept de mantra.

- Les prières (de toute religion) représentent un mantra.
- Les formules magiques sont des mantras.
- Les rites chamaniques et vaudous contiennent des mantras très puissants.

Il ne s'agit donc pas simplement de répéter des mots (ce qui programmerait déjà votre cerveau pour la répétition). Non, chaque fois que vous répétez un mantra, vous faites quelque chose de plus profond : vous formulez une pensée qui a un effet concret, vous accomplissez un acte sacré, vous vous connectez au divin (« l'univers » ou quel que soit le nom que vous lui donnez).

Un mantra est donc une chose très puissante.

Votre mantra de programmation : C'est le moment !

Maintenant que vous savez ce qu'est un mantra (et pourquoi il fonctionne).

Ton heure est donc venue.

Prenez quelques minutes pour choisir votre premier MANTRA DE PROGRAMMATION.

Peu importe si ce n'est pas la réponse finale, mais choisissez-en une maintenant et notez-la quelque part (si vous le souhaitez, dans l'espace que nous vous avons réservé ci-dessous).

Cela vous aidera à mieux comprendre les étapes expliquées ci-dessous.

Nous vous rappelons la formule : « Je suis NOM PRÉNOM, IDENTITÉ » CHOIX".

**IL TUO PRIMO
MANTRA DI PROGRAMMAZIONE**

Introduction à l'étape 2 de la méthode Programmation mentale quantique :

FAITES L'INSTALLATION QUANTIQUE OU AYEZ DU SENS
DE CERTITUDE

Maintenant que vous savez que la première étape de la méthode consiste à TRANSFORMER CE QUE VOUS VOULEZ EN CE QUE VOUS ÊTES, il est temps de décrire la deuxième étape.

Maintenant que vous avez votre MANTRA DE PROGRAMMATION, je vais vous expliquer rapidement ce qu'est la CONFIGURATION et pourquoi vous en avez besoin .

Remarque avant de commencer : la configuration peut être effectuée dans de différentes manières.

Nous avons créé trois versions :

1. La première, la plus simple, est celle que l'on trouve dans le livre.
2. Il existe ensuite une méthode légèrement plus complexe, mais que vous pouvez réaliser depuis chez vous en suivant la voix d'Italo (« Programmation subliminale quantique® »).
3. Et puis il y en a une beaucoup plus profonde qui ne peut être réalisée qu'en direct (et c'est celle qui est réalisée pendant les séminaires).

« Le pouvoir du cerveau quantique® » en direct . La dernière est ce que nous appelons généralement « l'activation du cerveau quantique ».

Quelles sont les DIFFÉRENCES entre les trois ?

Tout d'abord : les trois fonctionnent.

La seule différence, c'est la vitesse.

En pratique, plus vous réussirez la phase de préparation initiale , plus vite votre cerveau commencera à vous guider vers vos objectifs, en « modifiant » sa voix intérieure à votre égard.

En effet, la phase 2 de la configuration n'est rien de plus qu'un processus qui « élimine » l'incertitude de votre mantra de programmation.

En clair, cela vous aide à vous débarrasser des anciens programmes.

Étant donné que la troisième méthode est la plus puissante des trois et qu'en explorant les mémoires cellulaires en profondeur, elle peut déclencher la réapparition de souvenirs et d'humeurs spécifiques, nous avons décidé de la réaliser uniquement en personne, en notre présence.

En effet, comme ce processus doit défaire d'anciens schémas de pensée (et il le fait souvent en faisant ressurgir des événements et des souvenirs), il arrive que certaines personnes ne sachent pas comment gérer ces moments.

Pour éviter les moments de panique, il est donc préférable d'être guidé.

La seconde méthode, en revanche, requiert une voix directrice, ce qu'un livre ne peut offrir.

C'est pourquoi le premier est celui qui figure dans ce livre : et, pour mémoire, c'est ce que j'ai fait au début aussi.

Ça marche donc : c'est totalement sûr, et même un enfant peut le faire (en fait, un enfant a été parmi les premiers à le faire , comme vous vous en souvenez peut-être au début du livre).

Alors, comment fonctionne la phase de PRÉPARATION ?

Très simple : répétez votre MANTRA DE PROGRAMMATION.

Prenons un exemple concret :

« Je suis JL Marshall et je suis un grand écrivain. »

J'utilise maintenant ce mantra comme exemple, afin de pouvoir en tirer profit : qui sait, peut-être que je pourrai écrire quelque chose de bien (en réalité, si vous ne faites pas les étapes 3 à 7, ne faire que les étapes 1 et 2 signifie faire très peu... Elles font quelque chose, mais pas grand-chose).

Mais vous utilisez votre mantra, celui que vous avez préparé lors de la phase précédente.

Alors répétez-le : Je
suis... NOM PRÉNOM, IDENTITÉ CHOISIE.

Et ensuite... avant tout : écoutez-vous.

Vous vous apercevrez inévitablement que ce que vous dites vous paraît incohérent .

Autrement dit : vous avez l'impression de dire quelque chose de faux, n'est-ce pas ?

C'est particulièrement vrai lorsque vous dites très
béton.

Exemple : « Je m'appelle NOM NOM, et je conduis une Ferrari. »

Si vous ne conduisez pas une Ferrari
aujourd'hui, la première pensée qui vous viendra
à l'esprit sera : « Allons, vous vous moquez de qui ? »...
« Allons, c'est absurde ! »

Eh bien : si cela vous arrive, c'est PARFAIT.

La raison pour laquelle cela vous arrive est que le cerveau a tendance à rester fidèle à une certaine identité (celle de l'ancienne programmation à ce moment-là).

Si vous souhaitez atteindre l'épanouissement financier mais que vous ne l'avez jamais connu (et que vous vous trouvez actuellement dans une situation financière désastreuse), ce sentiment de malaise ou d'incohérence sera très fort.

Mais vous verrez que nous utiliserons cette structure très naturelle de votre cerveau à notre avantage à l'étape 3.

ALORS : COMMENT ÇA MARCHE SI AUJOURD'HUI VOUS RÉPÉTEZ VOTRE MANTRA ET QUE VOUS VOUS SENTEZ "INCOMPATIBLE"?

Voici comment cela fonctionne :

Vous devez comprendre que le « sentiment d'incohérence » (comme le sentiment de vérité ou de cohérence) n'est qu'une réponse de votre cerveau créée par un processus bioélectrique.

Rien qui ait à voir avec ce que vous pouvez ou ne pouvez pas devenir.

Une personne en surpoids peut se sentir extrêmement incohérente en disant : « Je m'appelle PRÉNOM et je suis en parfaite forme et en bonne santé. » Mais cela ne signifie pas que son cerveau lui dit : « Tu ne le seras jamais ! »

ATTENTION : APPRENEZ À RECONNAÎTRE LES SIGNES :

Ce sentiment d'incohérence (ou de fausseté)... c'est simplement votre cerveau qui vous dit que ce n'est pas votre IDENTITÉ

ACTUELLE !

En revanche, vous avez appris à identifier la personne en surpoids, parfois très bien.

Alors, lorsque vous répétez le mantra de programmation, votre cerveau vous dira : « Écoute, mon ami, ce n'est pas comme ça que ça marche... » Vous pourriez simplement accepter le fait que vous vous en souvenez et dire : « D'accord, je sais, mais même si je ne sais pas comment faire maintenant, je le saurai bientôt. »

Il vous fait remarquer l'incohérence avec l'ancienne identité (que vous portez depuis combien de temps, qui sait ?), mais rappelez-vous que le cerveau est doté de neuroplasticité : il a la capacité de s'adapter à de nouveaux contenus.

Vous pouvez donc remplacer cette ancienne identité (non pas la désapprendre, mais la remplacer) par une autre. Nous verrons cela à l'étape 3.

L'objectif de ce dispositif est de diminuer ou d'annuler la sensation de
INCOHÉRENCE LIÉE AU MANTRA DE PROGRAMMATION.

Comment faire ?

Il existe différentes méthodes, comme je vous l'ai dit, plus ou moins « subtiles ».

L'étape 3 est l'une de ces méthodes, alors ne vous inquiétez pas, il n'y a aucune raison de s'inquiéter : nous la verrons bientôt.

Mais avant cela, j'aimerais aujourd'hui vous parler d'une autre méthode. C'est celle que j'ai utilisée

au début, y compris avec mon fils.

Et ne vous inquiétez pas si vous manquez quelque chose, car tout ce que vous lisez actuellement sous forme de conversation sera résumé sous forme de points clés dans les dernières pages de ce livre, le tout au même endroit.

Alors maintenant, essayez simplement de comprendre, et allez à...

Étape 2, PRÉPARATION : Travaillez sur les sensations

En pratique, cela fonctionne comme ceci :

1. Lorsque vous répétez votre mantra de programmation pour la première fois, dites-le à voix haute, de préférence devant un miroir.

Mais ne vous inquiétez pas : si vous n'avez pas envie de vous lever et de le dire devant le miroir maintenant, vous pouvez le faire en lisant.

Si vous êtes là maintenant avec votre conjoint, tranquillement allongés dans votre lit : faites-le quand même et répétez-le mentalement. Je vous guiderai.

Alors : Répétez maintenant votre mantra de programmation (celui que vous avez préparé précédemment) : « Je suis VOTRE PRÉNOM et je suis VOTRE IDENTITÉ CHOISIE. »

2. À ce moment-là, pendant que vous le dites, observez-vous et écoutez-vous.
Où ressentez-vous ce sentiment d'incohérence (ou, pour certains, de fausseté) ?

Car il y a assurément un sentiment d'incohérence : sinon, vous seriez déjà ce que vous voulez être et vous auriez déjà ce que vous souhaitez avoir.

Les gens décrivent souvent une sensation de poids au creux de l'estomac.

Par exemple, j'ai senti un frisson me parcourir l'échine, en partant de la nuque.

J'ai entendu une voix tremblante.

J'entendais une voix dans ma tête qui disait : « Hé JL, arrête de dire des conneries !!! » ... etc.

Chacun a la petite voix qu'il mérite !

Mais tout cela est bien.

Ce que vous devez faire, c'est
RÉPÉTER le mantra plusieurs fois et, à chaque
fois, écouter plus attentivement où se situent ces sensations .

Faites cela 5, 6... 10 fois jusqu'à ce que vous ayez CLAIREMENT IDENTIFIÉ où se situent les sensations.

Qu'entendez-vous ? Où les entendez-vous ?

Vous remarquerez que la sensation d'« incohérence/de fausseté » provoque plus ou moins toujours les mêmes réactions physiques et les mêmes « petites voix ».

Il peut arriver parfois qu'ils se déplacent d'un point à un autre : dans ce cas, soyez attentif à leurs mouvements.

Lorsque vous avez clairement identifié toutes ces sensations... lorsque vous les avez RESENTIES en vous... imaginez les enfermer dans un récipient, une « bulle », et attribuez-leur un niveau d'incohérence de 10 à 0 (où 10 signifie « je ressens beaucoup d'incohérence » et 0 « aucune incohérence »).

J'utilise le terme « bulle » parce qu'il permet de bien faire passer l'idée : mais cela peut être n'importe quoi (et dans mon cas, ce n'est pas une bulle sphérique, mais quelque chose qui s'adapte à la sensation).

- J'identifie toutes ces sensations dans mon corps, où qu'elles se trouvent. •
J'essaie de faire en sorte que
ma « bulle » contienne toutes ces sensations et d'attribuer à cette bulle un degré
d'incohérence.

Je ressens souvent cette sensation à l'extérieur de mon corps également (la bulle peut donc facilement s'étendre hors de mon corps, sans aucun problème).

L'important, c'est que vous le ressentiez en vous, ou « autour » de vous.

Si vous êtes une personne sensible, ce sera plus facile pour vous que ça ne l'a été pour moi.

Quand je l'ai expliqué à mon fils, je ne suis pas sûre de ce qu'il a compris, mais le fait est que ça a marché.

Alors allez-y, allez-y doucement, faites-le plus ou moins « au fur et à mesure », engagez-vous, mais sans stress.

Bien : avez-vous identifié les sentiments d'incohérence/de fausseté ?

Les avez-vous mis dans la « bulle » ?

Avez-vous attribué à la bulle un niveau d'incohérence de 10 à 0 ?

Ok : maintenant, écoutez...

- À ce stade : imaginez que VOUS DÉPLACEZ CETTE BULLE hors de votre corps.

Vous pouvez vous aider d'un mouvement de la main si vous préférez (je le fais, mais ce n'est pas indispensable).

En bref : cette « chose » que vous avez dessinée dans votre esprit et qui contient les sensations d'incohérence, faites-la sortir de votre corps.

Devant vous peut-être, ou derrière vous, ou où vous voulez.

Pourvu que ce soit entièrement à l'extérieur.

Est-il sorti ?

Bien : maintenant, regardez votre bulle devant vous.

Et... réduisez sa taille.

Vous pouvez aussi vous aider avec vos mains : si la bulle était devant
Toi, prends-le avec tes mains et rétrécis-le.

Ce faisant, vous ressentez, vous « percevez » que l'intensité du niveau
d'incohérence diminue, ou que, en tout cas, quelque chose change au niveau de
la sensation.

Continuez jusqu'à ce que cette bulle disparaisse complètement.

À ce moment-là, respirez profondément.

Oh, et si vous ressentez un mélange de sensations différentes pendant ce
processus, ne vous inquiétez pas, c'est parfaitement normal.

L'important, c'est que maintenant, après ce premier « cycle », vous vous sentirez
différent d'avant.

Il est très simple de constater son efficacité.

Répétez votre mantra à nouveau devant le miroir.

Et après l'avoir répété, écoutez-vous... et demandez-vous à nouveau : « De
10 à 0, quel est le niveau d'incohérence maintenant ? »

En procédant ainsi, vous remarquerez, cycle après cycle, une nouvelle
réduire le niveau d'incohérence de votre mantra.

C'est garanti : faites bien l'exercice, et il est impossible qu'il reste le même.

Quelque chose s'est déjà produit, immédiatement après que vous l'ayez fait.

Ah, vous n'avez pas besoin de ramener votre niveau d'incohérence à zéro .

Obtenir ce résultat avec cette version simplifiée de la configuration est difficile,
surtout en une seule session.

Mais ce qui est certain, c'est que vous sentirez que quelque chose s'est passé.
abaissé.

Cela devrait vous suffire.

Vous comprenez donc le mécanisme ?

N'oubliez pas qu'il s'agit d'un processus, et non d'une étape ponctuelle.

Certains jours, vous vous sentirez peut-être « plus incohérent », d'autres moins.
L'important est que...

« Tendance », jour après jour, à ressentir de moins en moins d'incohérence (ou de plus en plus de cohérence, si vous préférez).

Résumé de la configuration pour réduire ou éliminer le sentiment d'incohérence

1. Répétez votre mantra plusieurs fois, jusqu'à ce que vous l'identifiiez.
Un sentiment d'incohérence durable.
2. Enfermez les sentiments d'incohérence, où qu'ils se trouvent, dans une « bulle » et attribuez-leur une valeur, un niveau ou un score d'incohérence de 10 à 0.
3. Éloignez-le de votre corps, faites-le sortir de vous.
4. Réduisez sa taille et, ce faisant, ressentez les sensations.
ou diminuer, ou du moins « changer ».

Plus facile à faire qu'à dire.

Et surtout, c'est rapide : la première fois, cela peut vous prendre 2 à 5 minutes , mais ensuite vous pouvez le faire en 10 à 20 secondes.

Eh bien, à ce stade, répétez encore une fois votre
MANTRA DE PROGRAMMATION...

Faites-le maintenant :

« Je suis NOM NOM DE FAMILLE, IDENTITÉ ».

Avez-vous toujours ce sentiment d'incohérence ?

Je vais vous répondre : Oui !

Mais probablement un peu moins qu'avant (toujours se référer à l'échelle de 10 à 0).

D'accord, répétez le processus : mantra de programmation, sentiments d'incohérence, bulle, expulsez-la de votre corps, réduisez-la jusqu'à ce qu'elle disparaisse.

Combien de fois dois-tu avancer ?

C'est simple : autant que vous voulez.

Je suggère de faire au moins 5 à 6 cycles la première fois.

La première fois, mon fils m'a dit : « Ça va, je ne ressens plus d'incohérence », après quelques séances. Je me demande si c'est parce qu'il est un cas à part ou parce que... il n'avait pas compris l'exercice ! Mais peu importe.

La première fois, ça m'a pris une bonne demi-heure, mais il n'y a pas besoin de se précipiter : faites ce que vous sentez, l'important est de réduire le sentiment d'« incohérence », pas de l'éliminer.

Faites-le donc 5 à 6 fois maintenant.

Ensuite, vous pouvez effectuer cette CONFIGURATION une fois par jour, même un ou deux cycles seulement, juste avant de passer à l'étape 3 (que nous verrons bientôt).

Vous constaterez que cette CONFIGURATION est un excellent support pour la Phase 3 (la Phase 3 qui, à elle seule, serait suffisante – mais la réalisation de cette Phase 2 accélère considérablement le processus).

Ah, une petite astuce supplémentaire pour ceux qui méditent déjà et sont habitués à « ressentir » : une chose qui a aidé certaines personnes est de « remplacer » le sentiment d'incohérence par un sentiment de vérité ou de « cohérence ».

Autrement dit, après avoir « retiré » la bulle et l'avoir réduite jusqu'à disparition, ceux qui maîtrisent le mieux ces techniques peuvent se sentir libres de se « remplir » d'une nouvelle bulle, emplie d'un sentiment de cohérence. Une fois cela fait, il leur suffit de répéter le mantra de programmation et d'observer leurs sensations.

Je n'entrerai pas dans les détails de la procédure car elle serait complexe à mettre en œuvre dans un livre (et elle n'est pas vraiment nécessaire) ; disons qu'il s'agit simplement d'une note à l'intention des plus expérimentés, une méthode supplémentaire pour accélérer le processus.

LA MÉTHODE DE LA PHASE DE PRÉPARATION EST-ELLE DONC CLAIRE ?

Récapitulons une fois de plus :

1. Répétez votre mantra plusieurs fois jusqu'à ce que vous identifiiez les sensations d'incohérence.

2. Enfermez-les dans une bulle et attribuez-leur un niveau de incohérence de 10 à 0.
3. Faites sortir la « bulle » de votre corps, de vous-même.
4. Réduisez-le jusqu'à ce qu'il disparaisse.
5. Répétez votre mantra de programmation et remarquez ce qui se passe modifié.

Étape 3 de la méthode de programmation mentale quantique : RÉPÉTER, RÉPÉTER, RÉPÉTER, RÉPÉTER !

Avant d'examiner ensemble l'étape 3 de la méthode de programmation mentale quantique, faisons un petit résumé des étapes 1 et 2.

Étape 1 : CRÉEZ VOTRE PROPRE MANTRA DE PROGRAMMATION QUANTIQUE

- Transformez ce que vous voulez devenir ce que vous êtes. • « Je suis NOM PRÉNOM et IDENTITÉ (ce que vous voulez devenir) ».

Étape 2 : EFFECTUEZ LA CONFIGURATION QUANTIQUE POUR DIMINUER OU ANNULER LE SENS DE INCOHÉRENCE

- Effectuez un ou plusieurs cycles de PRÉPARATION : mantra de programmation, sensations d'incohérence, bulle, expulsez-la du corps, réduisez-la jusqu'à ce qu'elle disparaisse.

Nous sommes donc arrivés à l'étape 3 : la phase de PROGRAMMATION proprement dite .

C'est tellement banal qu'il n'y a pas grand-chose à dire... le titre du paragraphe est explicite.

La phase 3 consiste à :

RÉPÉTER, RÉPÉTER, RÉPÉTER.

Arrêt.

Comment ? Il suffit de répéter ?

Oui : il suffit de répéter.

Je vais vous expliquer pourquoi et ce que vous faites à mesure que vous répétez.

Comme je vous l'ai déjà dit (et Italo vous l'a dit aussi), le cerveau apprend (aussi) par la répétition.

Malheureusement (ou heureusement), votre identité actuelle a été créée grâce à des MILLIONS de répétitions :

- Répétitions externes : parents, amis, proches, culture, médias, etc.
- Répétitions objectives : par exemple, avoir observé une situation et l'avoir mémorisée.
- Mais surtout, et c'est le plus important : les répétitions internes, qui ne sont autres que votre JUGEMENT concernant les situations « objectives » que vous avez observées.

Autrement dit : si vous avez du mal à joindre les deux bouts, c'est une situation objective, mais cela ne signifie pas que votre identité se résume à celle d'« un homme qui a du mal à joindre les deux bouts ».

Qu'aurait dû dire Donald Trump lorsqu'il était endetté de millions de dollars ?

Bien sûr, à cette époque, il avait moins d'argent que vous n'en avez aujourd'hui.

Cependant, il n'a pas prononcé le jugement « Je suis pauvre ».

Cette phase de jugement où vous vous répétez « Je suis pauvre » ou « J'ai du mal à joindre les deux bouts » est celle qui vous influence le plus.

Parce qu'il s'agit de la répétition la plus puissante que vous puissiez faire à votre cerveau, car elle est liée à une émotion.

Mais ici, nous apprenons à utiliser cet effet à notre avantage.

Le concept est simple : le cerveau n'efface pas , il accumule.

D'une certaine manière, il « remplace » un concept ancien.

Avec l'avantage (dans ce cas précis) d'accorder une pondération spécifique plus importante aux répétitions récentes qu'aux répétitions passées (bon, cela ne change rien au fait que...

C'est TOUJOURS vrai, mais pour nos besoins, vous verrez, cela fonctionnera comme je vous le dis).

ALORS, COMMENT « ÉCRASER » UN MILLION DE RÉPÉTITIONS NÉGATIVES ?

C'est simple : « cent mille » répétitions positives peuvent suffire (en réalité, même moins, comme vous le verrez dans la phase quatre).

Mais le concept est le suivant :

1. REMPLACER une ancienne identité par une nouvelle.
2. Parce que vous associez ce que vous désirez à votre nom, votre cerveau associe ce concept à votre nom.

Dans mon exemple précédent, au lieu d'avoir...

« JL Marshall n'a jamais écrit un livre de sa vie » ;

...et peu à peu, il y aura :

« JL Marshall = grand écrivain » ;

...et à force de répétition, cette chose finira inévitablement par faire partie de votre identité.

Facile, non ?

BIEN : COMBIEN DE TEMPS / COMBIEN DE FOIS FAUT-IL RÉPÉTER ?

C'est simple : tant que vous avez le sentiment que ce que vous dites est cohérent/véridique, ou du moins que cela vous semble indifférent (c'est-à-dire que vous ne ressentez ni incohérence ni cohérence), vous le dites tout simplement.

Parce que vous savez comment ça se termine, n'est-ce pas ?

Que vous y croyiez vraiment...

Soyons clairs : vous pouvez aussi ignorer complètement la phase de préparation et simplement répéter, répéter, répéter. C'est un peu comme le principe du Ho'oponopono, si vous connaissez (une ancienne technique hawaïenne basée exclusivement sur la répétition d'un seul mantra). Cependant, la programmation mentale quantique oriente votre vie là où cela compte le plus pour vous, sur des points plus précis.

C'est un peu comme la différence entre
un faisceau lumineux et un effet laser.

Mais le mécanisme est le même : répéter et écraser... répéter et écraser.

QUAND FAUT-IL RÉPÉTER ?

C'est simple : chaque fois que vous le pouvez.

L'idéal serait bien sûr de disposer de temps dédié.

Par exemple, moi qui vais me promener tous les jours, je répète cela pendant une dizaine de minutes lors de mes promenades (et je le fais à voix basse, à peine audible pour moi-même... sinon ils vont penser que je suis folle !).

- Mais quand je ne peux pas faire ça, je le répète simplement en bougeant les lèvres.
- Et quand je ne peux pas faire ça, seulement dans ma tête.

Si vous faites cela pendant une demi-heure par jour, c'est vraiment très efficace.

Mais vous pouvez aussi le faire tout simplement quand vous en avez envie : en repassant, en prenant une douche... bref, quand et comme vous le souhaitez.

Faites-le même en faisant autre chose, quitte à ignorer votre dialogue intérieur (cette petite voix que vous entendez et qui souvent ne vous dit pas les choses les plus agréables).

Pourquoi la faire parler ? Parlez à sa place... vous verrez, c'est beaucoup plus productif (Source de programmation 4, « Vous-même et les histoires que vous vous racontez »).

N'oubliez pas : il pourrait vous rester un million de répétitions négatives.
écraser.

Plus vous le ferez, mieux ce sera.

QUE RESSENTIRAS-TU AU FIL DES JOURS ?

Simple:

- Vous constaterez qu'il deviendra de plus en plus naturel de répéter votre mantra de programmation. • Vous commencerez à vous sentir comme la personne que vous décrivez dans votre mantra.
- Vous commencerez à « penser » comme cette personne. • Vous aurez le sentiment que cela deviendra de plus en plus vrai pour vous.

Et vous remarquerez étape par étape que :

Votre cerveau vous suggérera des comportements inédits. Vous réagirez différemment aux autres. Votre comportement changera. Vous porterez un jugement différent sur vous-même et sur les autres. Vous commencerez également à percevoir (par une attention sélective) des événements différents.

- Il est fort probable que différents événements commencent également à vous arriver (effet quantique).

Cela paraît incroyable, mais cela vous arrivera à vous aussi !

Vous ne vous en rendrez pas toujours compte sur le moment, mais après quelques instants, vous penserez... « Je n'aurais pas dit ça avant... Je n'aurais pas pensé ça avant... Je n'aurais pas fait ça avant. »

Je suggère, en particulier à vous qui lisez le livre, de consacrer quelques minutes par jour à la préparation (plus vous travaillerez sur le sentiment d'incohérence, pour le réduire ou l'éliminer, plus ce processus sera rapide).

Au fil des jours, vous constaterez que la configuration devient plus facile et plus rapide . Vous ressentirez parfois une certaine irrégularité. Cependant, vous aurez aussi l'impression que ce sentiment s'atténuera progressivement... De moins en moins. Ou qu'il deviendra de plus en plus fugace.

Ah, si vous aimez les instructions précises, faites ceci :

1. Répétez pendant 5 à 10 minutes, à un volume suffisamment élevé pour être entendu, lorsque vous vous réveillez le matin.
2. Pendant 5 à 10 minutes en milieu de journée.
3. Et pendant 5 à 10 minutes avant de dormir.

D'accord?

Mais écoutez bien : plutôt que de vous stresser à l'idée de suivre ces instructions à la lettre... répétez-les simplement chaque fois que vous le pouvez.

Allons, ça ne peut pas être plus simple.

Étape 4 de la méthode de programmation

L'esprit quantique : LE NIVEAU « QUANTIQUE »

À ce stade, si vous avez effectué la phase 1 (définir le mantra de programmation), la phase 2 (CONFIGURATION) et la phase 3 (Répéter...), vous n'avez potentiellement besoin de rien d'autre.

En fait, l'intuition initiale reposait sur ces trois éléments.
éléments seulement.

Je vais vous expliquer pourquoi vous n'avez besoin de rien d'autre : parce que votre cerveau, programmé de cette façon, communique automatiquement avec la partie dite « quantique ».

J'aime dire « parlez à l'Univers ».

Et cela se fait automatiquement, sans que vous ayez à faire quoi que ce soit d'autre.

Cependant, comme d'habitude, il existe un moyen d'augmenter la vitesse.

Vous pouvez contribuer à ce que des choses « hors du commun », presque magiques, se produisent dans votre vie .

Des choses comme :

- Des coïncidences heureuses. •

Des rencontres inattendues.

- Livres ou informations qui vous parviennent à
Le bon moment.

Et toute une autre série de choses de ce genre.

J'emprunte ici une phrase à Paulo Coelho, qui dit à peu près ceci : « Quand on désire quelque chose, l'Univers tout entier complotte pour qu'on puisse l'obtenir. »

De la manière la plus impensable : mais c'est pourtant bien comme ça que ça semble fonctionner.

Italo, qui l'a étudié bien plus que moi, dirait que cela équivaut à écrire en énergie du point zéro (n'est-ce pas, Italo ?).

Cette énergie originelle, ce flux qui nous unit et nous interconnecte tous.

Personnellement, je m'en fiche de ce que c'est... ce qui compte, c'est que ça fonctionne.

Et... ça marche.

COMMENT POUVONS-NOUS AMPLIFIER CE PROCESSUS ?

Simple...

Ajoutez-y un sentiment de gratitude lorsque vous répétez votre mantra.

Autrement dit, vous devez vous « forcer » (car au début, vous devez déployer force et attention consciente) à ressentir ce que ressentirait l'homme ou la femme qui peut véritablement réciter votre mantra, car c'est là véritablement son identité, sa réalité.

Et par conséquent, vous commencez à être reconnaissant pour ce que vous « possédez ».

je Personnellement, au début, j'ai volontairement ajouté de la gratitude ; mais au fil des jours, au fil de mes promenades, elle est venue naturellement. Bien sûr, comme le suggérait Italo, si on la « crée », on y parvient forcément plus vite.

La gratitude peut être la conséquence de ce que vous ressentez, ou le moyen par lequel vous ressentez ce que vous souhaitez ressentir. Peu importe :

Faites bien l'exercice, vous ressentirez les deux choses.

Autrement dit : vous ressentirez tous les deux ce que ressent cette personne et vous éprouverez de la gratitude.

Comme mentionné précédemment, si vous y prêtez attention, il ne s'agit rien de plus qu'un « amplificateur » de l'exercice SETUP : il annule essentiellement le sentiment de « fausseté » lorsque vous répétez votre mantra et commence à vous familiariser avec cette nouvelle image de vous-même.

Cela vous donne le sentiment d'être la personne que vous avez choisi d'être et (par conséquent) vous éprouverez de la gratitude.

Que se passe-t-il lorsque vous faites tout cela ?

C'est très simple : vous augmentez (considérablement) la vitesse à laquelle les choses se produisent.

1. Parce que, comme je vous l'ai dit, les dernières répétitions ont un poids plus important que les répétitions précédentes.
2. Mais surtout, les dernières répétitions avec émotion (et nous n'avons pas choisi la gratitude au hasard...) ont un poids beaucoup, beaucoup, BEAUCOUP plus grand !

Vous vous souvenez comment le cerveau est programmé ? Par la répétition et l'émotion... Imaginez ce qui peut se produire si vous utilisez consciemment ces deux méthodes de programmation.

La GRATITUDE est donc l'émotion par excellence.

Alan Cohen a écrit une définition que j'aime bien :

« La gratitude est ce qui ressemble le plus au paradis sur terre. »

Au fait, il est bon de savoir qu'il existe aussi des techniques qui agissent sur l'identité, où une seule répétition (accompagnée d'une émotion forte) suffit à tout changer.

Bien sûr, on ne peut pas les décrire dans un livre, mais cela signifie simplement que plus l'émotion est forte, mieux c'est.

Maintenant : si vous faites partie de ces personnes très sensibles (comme Italo), il vous sera très facile d'ajouter l'émotion de gratitude et

par conséquent, « ressentir » son mantra, ou inversement, « ressentir son mantra » et par conséquent éprouver de la gratitude.

Dans ce cas : mieux pour vous (des années de méditation, comme vous pouvez le constater, sont toujours utiles).

Mais si vous êtes comme moi, plus rationnel, ce sera un peu plus difficile.

Mais là aussi, comme pour tout, c'est une question de pratique.

J'ai personnellement dû répéter l'opération plusieurs fois et refaire la configuration plusieurs fois, mais au final, le résultat final a été le même.

Petit à petit, même si vous êtes un morceau de glace, vous commencerez à ressentir une émotion positive, à « ressentir » ce que vous avez décidé d'être grâce à votre mantra.

Il n'est pas nécessaire d'imaginer, il suffit de « ressentir ».

Vous le ressentez, et vous en êtes reconnaissant. C'est tout à fait naturel, car cela appartient au présent, non à l'avenir.

Vous vous concentrez uniquement sur cela à ce moment-là : petit à petit, cela devient de plus en plus naturel (et vous aurez de moins en moins besoin de faire la préparation).

Ce processus, la phase 4, est la phase (avec la 3) qui « pèse » le plus dans la méthode.

Car c'est la phase qui « écrit dans le champ quantique ».

D'après les études d'Italo :

- C'est la phase qui crée la réalité. •
- C'est celle qui met les événements en mouvement.
- C'est celle qui libère la « synchronicité », ou le pouvoir des coïncidences.

Dans mon cas, la première fois, ce n'était pas formalisé, car c'était venu naturellement. Puis Italo et moi avons réalisé que ce n'est pas le cas pour tout le monde.

C'est pourquoi la phase 4 a vu le jour.
Croyez-le... et voyez-le ! (Et non l'inverse !).

Étape 5 de la méthode de programmation

Mental quantique : NOTEZ LA DIRECTION

Eh bien, vous savez maintenant comment programmer votre cerveau quantique pour libérer le potentiel caché de votre cerveau .

Cela signifie avoir plus d'idées, voir plus d'opportunités, avoir une capacité supérieure à traiter les idées, avoir plus envie d'agir, et bien plus encore.

Si vous suivez scrupuleusement ces quatre étapes, vous n'aurez besoin de rien d'autre. Vous atteindrez bientôt votre objectif, et ce, dans les plus brefs délais.

Cependant, nous souhaitons également rédiger les étapes 5, 6 et 7 car nous voulons vous donner quelques directives à suivre PENDANT l'application de cette méthode, et APRÈS l'application de cette méthode.

Je le répète : elles n'étaient pas présentes au départ. Mais après avoir organisé plusieurs séminaires et recueilli des témoignages, Italo et moi avons réalisé qu'elles étaient très utiles à certaines personnes.

Nous vous les offrons donc aussi.

Veuillez donc les considérer comme faisant partie intégrante de la méthode.

Ou plutôt, faites ceci : faites comme si (même si ce n'est pas vrai) que SANS DANS CES PHASES, LA MÉTHODE NE FONCTIONNE PAS.

Je dis « faire semblant » car, en réalité, cela fonctionne de la même manière. Mais pour vous aider à traverser les périodes d'adaptation qui surviendront inévitablement dans votre vie, surtout si vous êtes actuellement loin de là où vous souhaiteriez être, je vous encourage vivement à suivre ces étapes.

D'accord?

Allez, ce n'est pas un engagement énorme : c'est plutôt facile, mais ça fait la différence (à moins d'avoir une foi immense, ce qui est rare).

La question est : COMMENT SAVOIR QUE VOUS ALLEZ DANS LA BONNE DIRECTION ? DROITE?

Réponse : C'est facile, prenez note !

Je répète : c'est un exercice très simple, mais pour certains Cela s'est même avéré fondamental.

La raison ?

Cela a activé le phénomène d'attention sélective (celui qui s'active lorsqu'on change de voiture, ou lorsque votre femme tombe enceinte, vous vous souvenez ?).

L'idée est de noter sur une feuille de papier, dans un journal intime, sur un smartphone ou ailleurs... tout ce qui semble aller dans le sens de votre mantra.

CE QUI SEMBLE ALLER (j'ai dit
« semble aller dans le bon sens », vous n'avez pas besoin
d'en être sûr, le sentiment suffit).

Les grandes choses comme les petites.

Une bonne habitude consiste à le faire une fois par jour, au moins pendant les 30 premiers jours (Italo et moi l'avons fait aussi, et cela aide beaucoup).

En fait, cela aide le cerveau à constater que ce que l'on sait par la pratique fonctionne, ce qui renforce le sentiment de cohérence de votre nouvelle identité.

Le problème, c'est que chaque fois qu'un petit mais grand miracle se produit dans votre vie... il n'y a aucun panneau indiquant « miracle en cours ».

Vous les remarquerez, et en les remarquant, vous amplifierez leur présence.

Comme vous pouvez le constater, tout est toujours lié à cela : « se sentir » cohérent, tout en répétant le mantra.

Pourquoi cet exercice simple est-il si important ?

Pour surmonter la phase (ou les phases) d'installation.

Étape 6 de la méthode de

programmation mentale quantique :

SUPPRIMER LE JUGEMENT ET LES ATTENTES

La phase d'adaptation et comment la gérer Comme je vous l'ai dit précédemment, surtout si vous êtes actuellement très éloigné de l'identité de celui ou celle que vous aimeriez être, vous traverserez très probablement des périodes d'adaptation plus ou moins difficiles .

Par ajustements, nous entendons des événements plus ou moins importants qui vous amènent (dans les plus brefs délais) dans la direction que vous avez demandée.

Cependant, ces événements ne sont pas toujours « clairement positifs ».

Vous vous souvenez de ce qui m'est arrivé aussi ? J'en ai parlé au début du livre, de cet événement « étrangement » et « apparemment » négatif qui m'est arrivé.

J'avais déjà compris alors qu'il ne s'agissait pas d'un événement « naturel », d'une chose qui m'arrivait habituellement. Cela semblait être quelque chose de déclenché par l'application de la méthode, quelque chose d'« extérieur » à ma vie quotidienne.

Mais je ne comprenais pas pourquoi c'était arrivé. Maintenant je le sais, et je vais le dire. Pareil pour vous.

Pour vous expliquer comment fonctionne ce concept de « règlement », je vais emprunter une histoire vraie qui

Cela m'inquiète.

Je ne vous parlerai pas en détail de l'événement « négatif » qui m'est arrivé lors de mes expérimentations avec cette méthode, car cela n'aurait aucun sens pour ceux qui ne me connaissent pas. Ce ne serait pas un bon exemple pour vous.

Je vais plutôt vous parler, à titre d'exemple, d'événements « d'adaptation » qui me sont arrivés par le passé et que je n'ai compris qu'avec le recul comme étant des « événements d'adaptation » à ma nouvelle identité.

Pour l'instant, retenez ceci : si vous suivez la bonne programmation mentale et que vous êtes encore loin de votre objectif, il est possible (voire probable) que des événements vous arrivent qui ne vous paraîtront pas immédiatement positifs (et encore moins négatifs). Mais vous verrez, ces événements deviendront clairement positifs à long terme.

Vous vous souvenez de ce que disait Steve Jobs à propos des étapes de la vie ? On ne peut les relier qu'une fois qu'elles sont passées ! Pendant qu'on les vit, elles semblent indissociables et dénuées de sens.

Voici quelques événements de ma vie où j'ai vécu des « expériences d'adaptation » suite à une nouvelle programmation mentale. Remarquez à quel point le « jugement » était omniprésent dans ces expériences.

Commençons par le jour où un événement incroyable s'est produit dans ma vie, à savoir... ma rencontre avec ma femme !

Ma femme était si différente de moi qu'elle m'a mis en tête des idées qui, pour le moi de l'époque, étaient « étranges » et en dehors des canons de mon identité précédente.

Des choses comme :

- Si tu veux, tu peux le faire.
- Fais ce que tu as envie de faire.

(Même si cela a peu de chances de fonctionner,
même si tout le monde dit que cela ne fonctionne pas,

même si ce n'est pas le bon moment).

Et autres « bizarreries » du même genre (pour moi, qui ai toujours eu un esprit mathématique/économique et concret, c'étaient des choses vraiment étranges à l'époque !).

En résumé : ma femme parle et fait beaucoup. Mais je n'arrive pas à me résoudre à faire quoi que ce soit de différent de ce que j'ai toujours fait.

Voilà ! Je suis quelqu'un de décidé !

Alors ma femme, plus déterminée que moi, prend une décision : elle m'achète de sa propre poche une formation qui coûtait environ 1500 euros à l'époque (les euros venaient d'arriver en Italie, c'était donc une somme importante).

Je crois que mon salaire était d'environ 800 euros.

Nous étions dans une situation financière très difficile et je lui ai dit : « Tu es folle, tu vas nous ruiner. »

Mais en réalité, elle avait utilisé mes propres limites contre moi : elle savait que je n'abandonnerais JAMAIS l'idée d'y aller (« Tu ne peux pas jeter mille euros par les fenêtres comme ça », me disait mon cerveau !).

J'ai donc suivi cette formation, mais à contrecœur. Ou plutôt, pour moi, ce fut une épreuve (un jugement), une folie de la part de ma femme.

Mais lorsque le cours s'est terminé, quelque chose s'est produit.

Autrement dit : mon esprit s'est ouvert, et avec lui de nouveaux mondes d'opportunités !

Car dans ce cours, on m'a enseigné des techniques de méditation et de connexion à soi (que j'appellerais aujourd'hui plutôt « programmation mentale ») censées me permettre de construire un nouveau moi. Rétrospectivement, c'étaient des techniques très complexes aux effets inconstants, mais elles ont indéniablement produit un résultat ; en fait, je me souviens avoir été enthousiaste face à cette expérience (c'était une première pour moi).

Pour le meilleur ou pour le pire, cette expérience m'avait permis de concevoir une nouvelle identité (le concept lui-même était totalement nouveau pour moi).

moi).

En résumé, l'événement initial « ma femme dépense de l'argent pour m'acheter une formation » est passé de NÉGATIF à POSITIF selon mon opinion personnelle.

Je me souviens être revenu avec un sentiment très différent de celui-ci.
cours.

En réalité, mon expérience était très limitée comparée à ce que je sais maintenant.
mais...

Le plus important, c'est qu'après ce cours, j'ai compris que je
pouvais créer la vie que je voulais.

En fait, j'ai quitté mon emploi « stable » d'employé et je me suis lancé à mon compte.

J'ai donc quitté mon travail, je me suis endetté autant que possible et je suis parti
(pour faire court, ça n'a pas été si rapide).

Tout va bien alors ?

Non. Parce qu'après quelques années, mon entreprise a fait faillite !

J'avais tout fait pour l'empêcher, mais rien ne s'est passé comme prévu.

Aujourd'hui, je pourrais dire : « L'univers a tout fait pour me faire échouer. »

C'est là que l'événement du cours « fou » donné par ma femme, qui fut d'abord
NÉGATIF, puis POSITIF, est redevenu...

NÉGATIF.

En fait : TRÈS négatif (remarquez le nombre de changements d'opinion !).

Regarde où je suis arrivé !

Endettée jusqu'au cou, sans perspectives... et tout ça parce que j'ai « cru que c'était
possible ! »

Quelle absurdité !

Ce fut un désastre !

Mais ensuite, dans cette situation dramatique, j'ai commencé à étudier des choses
différentes, des choses que je n'aurais jamais étudiées auparavant.

Tout simplement parce que... je n'avais pas le choix. Mon cerveau m'a contraint,
une fois de plus, à prendre des décisions que seule cette situation dramatique aurait
pu me pousser à prendre !

Comme par hasard (comme par hasard ?!) , grâce à une série de coups de chance (chance ?!), mes études étaient exactement ce dont le marché avait besoin à ce moment-là.

J'ai donc lancé une entreprise différente de la précédente, mais cette fois-ci beaucoup plus gratifiante et rentable.

Pour faire court...

En quelques années, j'étais devenue la personne que je voulais être. Avec le revenu que je souhaitais. Avec la situation que je désirais. J'avais remboursé toutes mes dettes. J'étais exactement au point que j'avais choisi des années auparavant, lorsque j'avais « défini ma nouvelle identité ».

cours.

Même si la méthode de l'époque comportait de nombreuses complications (sans aucun rapport avec ce que vous avez appris dans ce livre !), il est également vrai qu'un esprit « légèrement » programmé vers un objectif qui vous tient à cœur est toujours plus efficace qu'un esprit qui n'est PAS DU TOUT programmé vers un objectif qui vous tient à cœur.

Et voilà, l'événement initial, à savoir le cours que m'a donné ma femme, s'était à nouveau transformé : de négatif à TRÈS, TRÈS, TRÈS positif.

Eh bien : pourquoi vous ai-je raconté cette histoire (vraie, même si elle est très condensée) ?

Je tiens à vous informer qu'un élément FONDAMENTAL pour se sentir bien durant le processus qui vous mène à votre objectif est... (Je lui consacre un paragraphe à part, car il le mérite).

Prenez note de la direction, suspendez votre jugement, abandonnez vos attentes.

Comme l'indique le titre de ce paragraphe, il y a trois choses que vous devez apprendre à faire pendant le processus de programmation mentale quantique.

Trois choses qui ne nécessitent pas de temps (sauf peut-être la première) mais qui requièrent un certain type d' attitude .

Les TROIS CHOSES À APPRENDRE À FAIRE sont :

1. NOTEZ LA DIRECTION.

(Cela permet de stimuler l'attention sélective. Je recommande un joli carnet où vous noterez tout ce qui, selon vous, vous permet d'atteindre votre objectif.)

2. SUSPENDRE LE JUGEMENT.

3. SUPPRIMER LES ATTENTES.

Je vous avais déjà expliqué le point 1 (notez la direction).

Les numéros 2 et 3 méritent désormais leur place.

Réfléchissez et croyez ceci (avant de voir !) :

Le processus de programmation de votre
cerveau quantique est en cours.

Toujours.

Mais il existe une chose que vous pouvez faire pour ralentir (ou
inverser) le processus de programmation.

Ce truc, c'est : juger.

Je vais vous expliquer pourquoi.

Imaginez que vous soyez à ma place à l'époque et avec mon état d'esprit de l'époque (sceptique, etc.).

Vous êtes fauché et votre femme gaspille 1 500 euros dans une formation qui semble être une évidence pour des personnes sans expérience pratique (c'est du moins l'impression que j'ai eue).

Ce fut un événement très négatif pour moi à l'époque.

Mais avez-vous l'impression de vous endetter pour suivre une formation ?

Est-ce que vous plaisantez?

Des choses pour les gens « qui ont besoin d'aide » (ce sont des choses auxquelles je pensais vraiment... y repenser me donne des frissons).

C'est à ce moment-là, en résumé, que survient cet « événement négatif dans ma vie ».

Comment ai-je réagi ?

Mauvais. Très mauvais.

J'ai réagi en voyant s'éloigner mes aspirations de l'époque (obtenir mon diplôme, devenir manager dans une entreprise).

Quel genre de manager serait assez imprudent pour tomber entre les mains de l'un de ces individus peu recommandables qui « voulaient juste vous vendre une formation » ?

Bah.

Mais maintenant, c'était fait.

Qu'ai-je fait à ce moment-là ?

J'ai laissé un commentaire (et je me suis mis très en colère).

Donc : JUGEMENT (« Je vais dans la direction opposée à celle où je veux aller ») + ÉMOTION NÉGATIVE... « Qu'est-ce que je faisais ? »... Vous avez maintenant les éléments pour le comprendre.

En gros, j'écrivais dans ma tête et dans le champ quantique : « Je vais dans la direction opposée à celle où je veux aller. »

Je programmais mon esprit quantique... à l'inverse !

Et durant toute cette période, cette idée ne m'a jamais quitté l'esprit.

Je me répétais chaque jour : « Quelle bêtise j'ai faite ! Comment peut-on se retrouver dans une telle situation ? »

Et je l'ai répété avec émotion (mais pas avec gratitude, comme vous l'aurez deviné !). En somme, je reprogrammais mon cerveau... à l'envers.

Je dois dire que durant cette période, j'ai eu la « chance » de pouvoir interrompre rapidement cette attitude négative.

En fait, durant cette formation, j'ai eu la révélation d'« ouvrir » mon esprit (l'argent est maintenant

J'avais dépensé !), et j'essayais de tirer le meilleur parti de ce que je faisais.

J'ai ainsi mis fin à ce processus de « reprogrammation à rebours » et en ai entamé un dans la bonne direction. Ce processus m'a ensuite permis de créer ma première entreprise.

Et ce processus m'a surtout aidée à gérer le moment où j'ai réalisé que je devrais bientôt fermer cette entreprise, sans désespérer ni juger, mais en restant fidèle à moi-même et en vivant cela comme une transition (au fil des années, je suis devenue de plus en plus habile à gérer les « ajustements », car là aussi, ce n'est qu'une question de pratique).

Je vous dis tout cela parce que je veux que vous preniez conscience de quelque chose de fondamental...

Je vous ai expliqué comment fonctionne le cerveau quantique :

Cela vous aide à aller où vous voulez.

DÈS QUE POSSIBLE.

Ce « délai le plus court possible » s'entend par rapport à qui vous êtes, à votre programmation antérieure, à votre point de départ... voire même à votre karma, si vous croyez au karma.

Maintenant : sans entrer dans la métaphysique – cela nécessiterait un autre livre... – comprenez simplement que ce que je vous invite à intégrer maintenant, c'est que soit vous atteignez votre objectif, soit vous vous engagez sur cette voie sans équivoque .

Donc soit vous y arrivez, soit vous vous en approchez très près (et concrètement).

Le problème ?

Parfois, pour atteindre ses objectifs, il faut acquérir de nouvelles compétences.

des choses.

Autrement dit : si mon objectif était de devenir un certain type d'entrepreneur, cette première expérience n'aurait certainement pas pu me convenir.

activité entrepreneuriale que j'avais lancée.

Avec le recul, c'était une erreur sur toute la ligne.

Et même si j'avais réussi, cela aurait été un Échec retentissant.

Je n'y arrivais tout simplement pas : je ne devenais pas celui que je voulais devenir.

Mais en même temps, je devais très bien comprendre comment gérer une entreprise pour obtenir ce que je voulais (les fameuses « règles du jeu »).

Et il n'y avait pas de moyen plus rapide de le comprendre que... de se tromper du premier coup.

Cette erreur m'a permis de comprendre à la vitesse de la lumière des choses que j'aurais pu étudier dans des livres pendant des années et des années (en fait, je les avais étudiées pendant mes études d'économie), sans les comprendre comme seule l'expérience peut l'enseigner.

Comme je vous l'ai dit, le cerveau, en alliance avec « l'Univers », vous conduit à l'objectif dans les plus brefs délais, ou sur le chemin qui vous y mène.

Ce qui signifie qu'il peut vous aider à traverser une ou plusieurs phases d'adaptation, si nécessaire.

Pour vous donner quelques exemples concrets, si votre mantra de programmation est :

« JE SUIS NOM NOM DE FAMILLE ET JE SUIS DANS UNE MERVEILLEUSE RELATION »

...mais pour l'instant, votre femme ne vous est pas particulièrement fidèle, vous ne l'aimez pas, et vous vous êtes mariés par erreur... à ce stade, la phase d'installation se transformera en crise conjugale.

Peut-être une séparation, ou un divorce.

Autrement dit, au lieu de « s'améliorer apparemment », votre situation actuelle pourrait, à court terme, « s'aggraver apparemment ».

Et supposons, pour étayer un cas particulièrement difficile, qu'après cette expérience vous rencontriez une autre femme : vous...

Malgré tout, la situation se dégrade, même avec cette femme.

Encore une fois : il semble que vous alliez dans la direction opposée.

Mais vous continuez à utiliser cette méthode : sans vous laisser décourager.

Votre cerveau vous suggère alors de lire un livre sur la façon d'attirer la bonne personne (pensée), vous acceptez la suggestion de votre cerveau et commencez à agir (action concrète) différemment de d'habitude, selon ce que vous avez appris dans ce livre.

Enfin... je vous ai répondu !

Mais cette fois-ci avec la femme parfaite pour vous, avec qui vous pourrez vivre la merveilleuse relation que vous aviez « imaginée ».

Voyez-vous, d'après cet exemple, que sans les deux échecs précédents, il vous aurait été impossible d'atteindre votre objectif ?

C'était impossible : cela aurait violé les lois de la nature.
Il fallait d'abord « créer les conditions ».

Tu n'étais tout simplement pas prêt.

La femme idéale, même si je l'avais rencontrée, se serait enfuie pour toujours

si je n'avais pas su comment la garder.

Si tel est votre cas, si vous n'êtes pas encore prêt à recevoir ce que vous désirez (comme ce fut mon cas lorsque je n'ai pas atteint mon objectif)... alors attendez-vous à des événements régulateurs.

Mais s'il vous plaît, ne les jugez pas.

En fait, je souhaite vous faire part de ma méthode personnelle que j'utilise lorsque je suis confrontée à des situations d'ajustement ; elle est très efficace.

On l'appelle...

Que se passe-t-il si, au cours de votre parcours « inévitable » vers ce que vous avez choisi d'être/d'avoir, un événement perturbateur survient ? Ou plutôt, un événement apparemment négatif ?

C'est très simple : REMPLACEZ-le par ce « mantra apaisant ».

Je
répète : « Cet événement est tout simplement
le chemin le plus court pour aller là où je
veux aller. »

Tout semble se désagréger ?

Répétez-vous : « Cet événement est tout simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. »

Ainsi, à AUCUN MOMENT de votre vie vous n'êtes autorisé à penser : « Ici, je n'y arriverai jamais » ; « Ici, je vais dans l'autre sens » ; « Ici, quelque chose ne fonctionne pas. »

Rappelez-vous ce qu'a écrit Italo : chaque fois que vous pensez à quelque chose, c'est comme si vous planifiiez un événement futur.

Quoi qu'il arrive qui vous semble négatif, répétez-vous :

• « Cet événement est tout simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. » • « Cet événement est tout simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. » • « Cet événement est tout simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. »

Clair ?

Je l'ai écrit plusieurs fois car c'est fondamental. Simple, mais... fondamental.

C'est ce qu'on appelle le MANTRA DE RÉGLAGE, et comme d'habitude, plus vous le répétez, plus votre SENTIMENT DE CERTITUDE augmentera .

Votre mantra de programmation, même dans les situations apparemment difficiles.

Étape 7 de la méthode de
programmation mentale quantique :
FAITES TOUT CE QUI VOUS EST SUGGÉRÉ

Maintenant que vous avez vu les étapes 1 à 6, il ne vous reste plus grand-chose à faire.

La phase 7 est la plus naturelle de toutes.
Et c'est tout simplement...
FAITES CE QUE VOTRE CERVEAU VOUS DIT.

C'est anodin, mais vous devez le faire.

DO = lève-toi de ta chaise et AGIS (désolé pour le langage volontairement coloré !).

Pour être clair : les 6 autres, sans le 7, ne suffisent pas.

Encore une fois : cette phase 7 ne correspond pas à mon « intuition » initiale.

Mais, en discutant avec Italo, nous avons réalisé que pour beaucoup de gens, il fallait insister sur cet aspect, notamment pour éviter toute confusion avec la fameuse « Loi de l'attraction ».

Si j'ai toujours été quelqu'un d'« actif » (voyez la belle identité qu'on m'a inculquée enfant, qui sait quand et comment !)... beaucoup de gens ont une nature « inactive » (paresse, procrastination, etc.).

Si vous pensez faire partie de ces personnes, cette étape est pour vous.

Et, pour vous, c'est le plus important de tous (ce n'est pas vrai, mais permettez-moi d'exagérer un peu pour bien faire passer le message !).

Ai-je été clair ? J'insiste, permettez-moi de préciser, au cas où vous seriez un « accro à la loi de l'attraction » : c'est-à-dire une de ces personnes qui passent des heures les yeux fermés, mais qui ne font ensuite rien.

Vous remarquerez immédiatement, en appliquant les 7 étapes de la programmation mentale quantique, que quelque chose se produira dans votre esprit.

Autrement dit : votre petite voix intérieure commencera, avec de plus en plus d'insistance, à dire des choses différentes.

Et là, beaucoup disent : IKKEY ! Mais...

MAIS COMMENT PUIS-JE DISTINGUER CE QUI EST JUSTE, CE QUI FAIT PARTIE DU

QUELLES SONT LES ANCIENNES PROGRAMMES QUI FONT PARTIE DE LA NOUVELLE PROGRAMMATION ?

Ne vous inquiétez pas : c'est très facile. En résumé : vous comprenez.

Italo raconte souvent l'histoire du jour où leur premier enfant était sur le point d'arriver et où, un soir, ils sont allés à l'hôpital.

La femme souffrait et était persuadée qu'elle allait accoucher.

Après les avoir gardées en observation pendant quelques heures, elles ont été renvoyées chez elles : « Madame, vous n'êtes pas sur le point d'accoucher », a déclaré le médecin. « La douleur n'est pas normale, c'est encore tôt. »

L'épouse d'Italo a alors demandé au médecin : « Mais c'est la première fois que j'accouche, comment puis-je savoir si la douleur est normale ? »

Le médecin la regarda, rit doucement et répondit : « Ne vous inquiétez pas, madame, vous le remarquerez, vous le remarquerez ! »

Deux jours plus tard, les douleurs sont apparues et... le médecin avait raison !

Quand quelque chose est juste, on le sait, même si c'est la première fois qu'on l'essaie.

La même chose s'applique ici : quand on sent fortement qu'on doit faire quelque chose... on le sent, tout simplement.

Vous ne pouvez pas vous tromper vous-même et vous ne pouvez pas faire d'erreurs.

Vous cherchez une « astuce rationnelle » pour comprendre quand quelque chose est vraiment « juste » et qu'il faut vraiment le faire ?

Voilà le conseil : quand vous sentez que vous devez faire quelque chose mais que vous commencez à « trop argumenter » pour dire que vous ne devriez pas le faire maintenant... alors faites-le !

EXEMPLE : « Je devrais m'inscrire à une salle de sport. »

ARGUMENTS CONTRE (M. « SIMÀ ») : « Oui, je le ferai, mais pas maintenant. C'est cher, je n'ai pas l'argent. »

« Oui, je le ferai, mais pas maintenant. Je n'ai pas le temps. »

« Oui, je le ferai, mais pas maintenant. Parce que... »

... ARRÊT!

Si votre cerveau a commencé à énumérer tous ces sujets et que vous entendez encore une petite voix vous dire : « Je devrais m'inscrire à une salle de sport »...

STOP : Inscrivez-vous à une salle de sport.

POSEZ CE LIVRE ET INSCRIVEZ-VOUS À LA SALLE DE SPORT DÈS MAINTENANT !

Son fonctionnement est-il clair ?

Prenons un autre EXEMPLE.

Supposons que vous gagniez 1500 euros, mais que vous en vouliez 10 000 (et que vous n'ayez aucune idée de comment faire).

Votre cerveau vous dit : « Achète un livre. »

« Eh, mais je n'ai pas le temps de lire maintenant. »

« Eh, mais je n'ai pas d'argent maintenant. »

« De toute façon, ces auteurs sont tous des gens peu recommandables, alors je préfère rencontrer quelqu'un qui l'a déjà lu. »

« Eh bien, qu'est-ce que vous voulez qu'ils me disent ? Je sais déjà tout, c'est juste une question de chance... »

Eh bien, si après ces réflexions, vous avez toujours envie d'acheter un livre...

STOP !

Il est temps d'acheter un livre !

Autre exemple : Votre ami vous dit que vous pouvez gagner plus en suivant une formation.

« Oui, peut-être un jour, mais pour moi, ils ont tous l'air de gens qui ont besoin d'aide. »

« Oui, peut-être un jour, mais ce cours est trop cher ! Sommes-nous fous ? »

« Oui, peut-être un jour, mais avec un autre entraîneur (cela ne me plaît pas)... »

Mais malgré tout, le lendemain, vous avez toujours envie de vous inscrire à ce cours...

STOP !

Il est temps de s'inscrire à ce cours !

Vous comprenez comment ça

marche ? C'est très simple : vous ne pouvez pas vous tromper.

Pour être clair : mais cela signifie alors que je ne ferai plus d'erreurs, ou plutôt...

- que oui, la salle de sport était vraiment une bonne idée.
- que oui, le livre était vraiment une bonne idée.
- que oui, le cours était vraiment bien.

Que signifie tout cela ?

Non!

Plutôt:

- La salle de sport peut même être néfaste pour votre santé à court terme, elle peut s'avérer être la pire chose pour vous...
- Un livre sans contenu valable peut être une perte de temps et d'argent...
- Le cours risque d'être dispensé par un formateur non préparé, qui n'apporte que très peu de valeur ajoutée.

Mais... (ATTENTION !!!!)

Si votre cerveau vous les a suggérées
pendant la phase de programmation, alors faire
ces choses était
SIMPLEMENT LA ROUTE
LE PLUS COURT JAMAIS ÉTÉ

POUR OBTENIR CE QUE VOUS VOULEZ.

Pourquoi:

- Grâce à la salle de sport, par exemple, vous avez peut-être appris quels mouvements sont bénéfiques pour votre corps et quels mouvements il ne faut PAS faire...
- Grâce au livre, par exemple, vous avez peut-être découvert UN concept à retenir qui, si vous l'appliquez plus tard, aura le pouvoir de changer votre vie...
- Grâce au cours, par exemple, vous avez peut-être rencontré un étudiant avec qui vous pourriez créer une entreprise et atteindre vos objectifs (même si le formateur laissait à désirer).

Son fonctionnement est-il clair ?

Peut-être étaient-ce toutes , en soi, des voies apparemment ou « rationnellement » erronées.

Mais tous contenaient quelque chose qui pourrait vous orienter dans la bonne direction par la suite.

Alors, chaque fois qu'une voie ne semble pas être la bonne, adoptez le mantra du RÈGLEMENT.

« Cet événement est tout simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. »

Mais l'essentiel , c'est de faire ce que votre cerveau vous dicte.
Toujours.

Car si vous programmez le cerveau et (surtout) que vous y ajoutez des émotions... il vous suffit de l'écouter et d'aller dans cette direction.

Si vous faites cela, vous atteindrez très probablement vos objectifs à une vitesse fulgurante .

Conclusion, questions fréquentes et un conseil

Eh bien, nous avons presque terminé le chapitre sur la programmation mentale quantique.

Commençons par un récapitulatif.

A) QUEL EST LE BUT DE LA PROGRAMMATION MENTALE QUANTIQUE ?

Pour activer la puissance de votre cerveau quantique, c'est-à-dire pour insérer un programme dans votre cerveau, à l'aide d'un mantra spécifique, qui vous aide à atteindre votre objectif le plus rapidement possible : SANS effort, mais de manière fluide et naturelle.

B) EN QUOI CONSISTE LA PROCÉDURE ?

Le processus se compose de sept étapes (ou phases).

En voici un résumé :

- Étape 1 : TRANSFORMEZ CE QUE VOUS VOULEZ EN CE QUE VOUS ÊTES.

Par exemple : « Je suis JL Marshall et je suis un excellent écrivain. »

- Étape 2 : EFFECTUEZ LA PRÉPARATION.

Réduisez ou éliminez le sentiment d'incohérence : mantra de programmation, sentiments d'incohérence, bulle, expulsez-la du corps, réduisez-la jusqu'à ce qu'elle disparaisse.

- Étape 3 : RÉPÉTEZ, RÉPÉTEZ, RÉPÉTEZ... VOTRE MANTRA DE PROGRAMMATION.

- Étape 4 : INFLUENCER LE CHAMP D'INTERCONNEXION QUANTIQUE.

AJOUTEZ DE L'ÉMOTION (RESSENTEZ DE LA GRATITUDE).

- Étape 5 : NOTEZ LA DIRECTION.

Prenez des notes quotidiennes sur une feuille de papier de tout ce qui « semble » aller dans la bonne direction (c'est important).

(Faites-le tous les jours, même pour les petites choses).

- Étape 6 : SUSPENDRE LE JUGEMENT ET SUPPRIMER LES ATTENTES.

Et si un événement apparemment négatif se produit, répétez le « MANTRA DU RÈGLEMENT » : « Cet événement est simplement le chemin le plus court pour atteindre mon objectif. »

- Étape 7 : FAITES CE QUI VOUS SENT « JUSTE », MAIS FAITES-LE

CEPENDANT.

Je répète : FAITES-LE !

Et que faire si j'ai des questions ?

Rendez-vous sur le site :

www.poterecervelloquantico.it/libro

Vous y trouverez, réservé à ceux qui ont lu le livre :

- Réponses aux questions fréquemment posées.
- Un « outil opérationnel » imprimable, regorgeant de contenu pour vous aider dans votre programmation quantique (idéal si vous l'imprimez et le gardez partout : à la maison, au travail, dans votre voiture, etc.).

De plus, vous serez tenu au courant de nos dernières actualités, vous aurez la chance de nous rencontrer en personne, et bien plus encore.

Un petit tour de passe-passe...

Avant de conclure ce chapitre, je souhaite vous dévoiler un petit « truc du métier ».

Une « astuce » qui vous aidera à mener à bien ce processus jusqu'à ce que
Finalement, jusqu'à ce que vous constatiez des **RÉSULTATS CONCRETS**.

L'expérience des séminaires en direct nous a montré que, du fait d'une programmation ancienne et erronée, les participants ont tendance à oublier d'effectuer des étapes simples comme celles décrites dans ce livre (d'autre part, leur

La programmation mentale « filtre » 40 millions de bits d'information en fonction de leur « ancienne identité »...).

Je vais maintenant vous révéler une astuce très efficace pour éviter que cela ne vous arrive.

Êtes-vous prêts ? Vous n'allez pas le croire...

PREMIÈRE CHOSE À FAIRE : PRENEZ VOTRE AGENDA (papier, smartphone, calendrier électronique, ou ce que vous voulez).

Vous avez compris ? Oui, je veux dire, comprenez-le tout de suite.

Ne trichez pas, d'accord ? Écoutez, c'est important !

D'accord, je vais faire comme si c'était toi qui l'avais prise (le fainéant !).

À CE STADE, FAITES CECI :

- Notez-le dans 7 jours : « LE POUVOIR DU CERVEAU QUANTIQUE ».
- Puis notez-le dans 20 jours.
- Puis notez-le dans 30 jours.
- Puis dans 45 jours.
- Puis dans 60 jours.
- Puis dans 90 jours.
- Puis dans 120 jours.
- Puis dans 240 jours.
- Puis dans 365 jours – envoyez un témoignage à Italo !

Je vous recommande vivement, si vous utilisez un calendrier électronique, de programmer également une alarme.

Par exemple, si vous utilisez Outlook ou un logiciel similaire, configurez le système pour qu'il vous envoie un courriel au moment opportun.

POURQUOI FAIRE CELA ?

Car si vous vous concentrez sur ce processus pendant les 12 prochains mois... vous verrez (de vos propres yeux) des RÉSULTATS qui vous étonneront.

Il est fort probable que, lorsque vous verrez le réveil « après 12 mois », vous aurez du mal à croire ce qui s'est passé.

Pourtant, il est vrai que l'imprévu n'arrive pas. C'est comme s'il n'existait pas.

Répondez donc honnêtement :

- Voulez-vous vraiment obtenir ce que vous voulez ? • Cela vous importe-t-il vraiment ?

D'accord, ce n'est pas grave si vous n'êtes pas sûr que cette méthode fonctionnera pour vous aujourd'hui.

Ce n'est pas grave si vous n'êtes pas sûr à 100%.

Réfléchissez-y avec moi : avez-vous quelque chose à perdre en faisant cela ?

Si la réponse est non... alors faites-le maintenant !

Notez les dates que j'ai suggérées dans votre calendrier (elles ne sont pas choisies au hasard !)

Jour 7.

Jour 20.

Jour 30.

Jour 45.

Jour 60.

Jour 90.

Jour 120.

Jour 240.

Jour 365.

À ce stade, le cycle étant arrivé à son terme, je n'aurai même plus besoin de vous demander de recommander ce livre à vos proches, en les harcelant peut-être comme ma femme l'a fait avec moi pour que je puisse vivre ma première « expérience de programmation » il y a de nombreuses années (s'il vous plaît, ne faites pas comme ma femme, ne dérangez personne, vous verrez alors comment « suggérer » ces concepts aux autres).

Je n'ai même pas besoin de vous le dire car... vous l'avez déjà fait (et vous en serez vous-même un exemple vivant, ce qui vaut bien plus que mille suggestions... en fait, ce sont peut-être elles qui vous demanderont : « Comment avez-vous fait ? »).

Bon, je laisse maintenant la parole à Italo pour les derniers mots – il est plus émotif que moi et il va certainement verser une larme !

Une question de respect

Eh bien JL, merci de me l'avoir rapporté, même s'il s'agit d'un passage métaphorique.

Métaphorique, car il est difficile de dire qui a inspiré les différents passages de ce livre. Souvent, ils sont le fruit de réflexions, d'expériences et d'intuitions partagées.

Mais je tiens à vous dire une chose, à vous qui tenez ce livre entre vos mains : tout ce que vous lisez s'est VRAIMENT PASSÉ (c'est romancé, certes, mais ce qui compte vraiment est bel et bien inclus dans ce livre).

Et maintenant que JL me passe métaphoriquement la balle une fois de plus et conclut en disant qu'une larme est définitivement en route... (où vas-tu JL ? Je sais que tu es rond à l'intérieur... tu ne vas pas t'échapper, tu sais !).

Le fait est que JL et moi-même sommes parfaitement conscients que derrière chaque exemplaire de ce livre se cache une personne qui l'a lu.

Derrière ces deux yeux qui lisent ces mots en ce moment même, il y a une personne. Et derrière chaque personne, il y a une histoire.

Votre histoire, pour laquelle nous avons un grand RESPECT.

Nous n'aurions jamais pu écrire quelque chose que nous n'avions pas vécu, ressenti et expérimenté avant tout sur nous-mêmes.

Mais au fait, puisque vous devez de toute façon aller devant le miroir (pour répéter votre premier véritable MANTRA DE PROGRAMMATION), la prochaine fois que vous le faites, regardez la personne que vous voyez reflétée droit dans les yeux et demandez-vous : QUI EST-ELLE VRAIMENT ? QU'AIMERAIS-JE LUI DIRE ?

Indro Montanelli a écrit :

« Le seul conseil que j'ai envie de donner, et que je donne régulièrement, c'est celui-ci : battez-vous pour ce en quoi vous croyez. »

Vous perdrez des batailles, comme j'en ai perdu, mais vous gagnerez toujours la plus importante, celle que vous menez chaque matin devant le miroir.

Que disent ces yeux que vous croisez chaque matin dans le miroir ?

Vous pouvez avoir n'importe quelle histoire derrière vous.

Vous avez peut-être commis une erreur.

Votre situation actuelle peut être n'importe quoi.

Mais il y a une chose que vous ne pourrez jamais nier à la personne que vous voyez reflétée dans le miroir.

Cette personne mérite le RESPECT, votre respect.

Maintenant, je suis sûr que vous aimeriez savoir : mais est-ce que ça va vraiment marcher ?

Ce livre touche presque à sa fin et vous voilà face à un autre de ces petits carrefours.

Commencez à l'appliquer, dès maintenant.

Ou bien, posez-le sur l'étagère, peut-être avec tous les autres.

Quelle que soit votre décision, elle sera légitime ; souvenez-vous simplement qu'à ce moment précis, vous choisissez l'un des futurs possibles et potentiels qui existent déjà en ce moment même.

• À quoi vous contentez-vous dans votre vie ? • Que souhaitez-vous vraiment accomplir ? • Ou faites-vous partie de ceux qui

pensent que nous sommes nés simplement pour accomplir un cycle comme les animaux (qui ne le méritent pas non plus) ?

Naître, travailler, se reproduire et mourir...

Si vous le pensez, très bien. Nous vous respectons. Mais non, nous croyons que la vie est bien plus que cela.

Permettez-moi de résumer pourquoi cette méthode a le potentiel de fonctionner, même pour vous. Parce que...

1. Il utilise les mêmes mécanismes que le cerveau.

Ces mêmes mécanismes qui vous ont maintenus emprisonnés si longtemps, mais que vous pouvez désormais utiliser à votre avantage.

2. Il a été testé, éprouvé et perfectionné avant tout par nous-mêmes.

Nous n'avions pas pour objectif de découvrir quelque chose de nouveau. Les lois qui régissent la vie ont toujours été écrites, et de nombreuses disciplines ont tenté, au fil du temps, de trouver une synthèse permettant de reproduire certains processus.

Nous avons beaucoup appris de chacun d'eux (et je vous assure que nous en avons essayé beaucoup), et nous leur devons notre gratitude.

Mais nous voulions quelque chose de simple, adapté à notre époque « frénétique », et cela a fonctionné.

C'est ce que nous recherchions.

Nous respectons votre histoire, c'est pourquoi nous l'avons vécue de près à maintes reprises avant de vous la présenter.

3. Son efficacité a également été prouvée auprès de centaines de personnes qui l'ont déjà essayée, avant même qu'elle ne vous soit présentée dans ce livre.

Comme vous le savez, cette méthode a déjà été utilisée par des centaines de personnes. Ce livre fait suite aux séminaires en direct « Le pouvoir du cerveau quantique® » et au coffret audio « Programmation subliminale quantique® ».

Comme expliqué précédemment, l'essence de la méthode réside dans ce que vous avez lu ici, même si cela a été spécifiquement réécrit sur ces pages pour le rendre accessible uniquement par la lecture.

Certains témoignages de ces personnes ont été publiés dans ces pages, et nous les avons publiés pour cette raison (et ce sont tous des histoires vraies, publiées avec le consentement des parties intéressées respectives).

Nous voulions vous montrer que cela n'a pas seulement fonctionné pour nous – mais il faudrait un livre entier pour tous les rassembler (et peut-être serez-vous celui ou celle qui nous enverra le prochain).

C'est pourquoi il est très productif pour vous si, à ce stade, compte tenu de tout ce que vous savez aujourd'hui, vous choisissez vous aussi de penser :

LA MÉTHODE FONCTIONNE TOUJOURS
EN VOUS FAISANT PRENDRE LA BONNE CHEMIN POUR ALLER OÙ
TU VEUX.
DANS 100 % DES CAS.
Tout au plus une question de temps.

Et maintenant, je suis sûr que vous aimeriez savoir :
sera-ce facile ou difficile ?

Qui sait combien de choses vous préoccupent en ce moment ?

Sera-ce facile ? Sera-ce difficile ?...

J'aime toujours me souvenir de « Soul Surfer », le film inspiré de l'histoire vraie de la surfeuse Bethany Hamilton.

Elle vit dans une famille de surfeurs et a toujours passé ses journées sur sa planche, se classant souvent parmi les premières dans les compétitions auxquelles elle participe et devenant rapidement une petite championne.

Un matin, à l'âge de treize ans, Bethany, comme souvent, est dans l'eau sur sa planche de surf : ce jour-là, elle est allongée, se reposant tout en discutant avec une amie.

Mais ce jour-là, le destin lui réservait une mauvaise surprise : un requin-tigre surgit soudainement de l'eau et lui arracha le bras gauche. Ce fut un moment dramatique dans sa vie.

La course vers l'hôpital, la perte de plus de 60 % du sang.

Mais Bethany parvient à survivre, à tel point que cet épisode On appelle cela un miracle.

Il a sauvé sa vie, mais malheureusement pas son bras gauche , qui a dû être amputé. Treize ans, sans bras et sans sa plus grande passion : le surf.

Après une première réaction discrète, Bethany commence à se replier sur elle-même, traversant une période de grande crise et de désespoir.

Mais un jour, quelque chose se produit, il décide d'aller voir son père : « Papa, lui dit-il ,

je veux retourner surfer. »

Le père la regarde droit dans les yeux pendant quelques instants. Elles semblent interminables.

Puis, avec la franchise d'un père qui ne mentirait jamais à sa fille, il répond : « Ce ne sera pas facile, Bethany. »

Il y a un moment de vide absolu, un de ces silences qui font mal, non pas tant par le silence lui-même, mais par l'écho qu'il crée dans le silence qui l'entoure. À un moment donné, Bethany brise ce silence : « Je ne veux pas savoir si ce sera facile, papa, je veux savoir si ce sera possible... »

La vie est un spectacle extraordinaire !

À partir de ce jour, Bethany retourne en mer et, non sans difficulté, parvient peu à peu à « reconquérir » le surf, à reconquérir sa liberté, à reconquérir sa vie.

Oui, c'était possible.

En ce moment même, je vous imagine debout devant moi, me regardant droit dans les yeux.

Non, ne me demandez pas si ce sera facile ou difficile.

Demandez-moi si ce sera possible.

Ma réponse ?

Oui, c'est possible.

Il n'existe qu'un seul cas où la méthode s'est avérée inefficace.

Malgré tout cela, il existe un cas, un seul, où la méthode s'est avérée inefficace. C'est le plus grand danger auquel vous pourriez être

confronté, et par souci d'honnêteté intellectuelle et morale, je me dois de vous en informer.

Vous souvenez-vous de ce que je vous ai demandé au début du livre ?

- Quel problème aimeriez-vous résoudre aujourd'hui ? •

- Qu'aimeriez-vous accomplir aujourd'hui ? •

- Quelle est votre plus grande peur ?

Albert Einstein a dit :

« Les grands esprits se heurteront toujours
à l'opposition des esprits médiocres...
y compris la leur. »

J'ai cité Einstein non pas pour insinuer que votre esprit est médiocre (je vous assure que ce n'est absolument pas mon intention), mais parce que le seul véritable obstacle que vous rencontrerez se trouve là, à l'intérieur de votre esprit, en vous. Il est représenté par cette peur même, votre plus grande peur .

peur.

Lequel?

Comme beaucoup d'autres choses, il ne s'agit pas d'une véritable peur. C'est simplement une « réponse » à la programmation.

Vous pouviez toutefois le « ressentir » à l'intérieur.

De quoi s'agit-il ?

J'aime la décrire en reprenant les mots de l'écrivaine Marianne Williamson, rendus célèbres par Nelson.

Mandela, qui les a prononcés lors d'un discours.

NOTRE PLUS GRANDE PEUR

Notre plus grande peur n'est pas d'être incompetents.

Notre plus grande peur est d'être puissants au-delà de toute mesure.

Ce n'est pas notre obscurité, mais notre lumière qui nous effraie le plus.

Se sous-estimer n'aide pas le monde, il n'y a rien
d'enrichissant à se replier sur soi-même au point de rendre les gens
autour de soi mal à l'aise.

Nous sommes nés pour manifester la gloire qui est en nous ; elle n'est pas seulement
en
certains d'entre nous, mais en chacun de nous.

Lorsque nous laissons briller inconsciemment notre
lumière, nous donnons aux autres la permission d'en faire autant.

Dès que nous nous libérons de notre peur, notre
présence libère automatiquement les autres.

Parfois, la vie ne demande que cela : un petit acte de
courage.

Les paroles de Nelson Mandela, rapportées par Williamson, ont toujours
résonné en moi comme une musique symphonique, comme la musique de
la vie.

Que la vie est belle !

Oui, c'est vrai, parfois il faut du courage, mais vous savez que
La vie est-elle un miracle ?

Et si, dans ces moments-là, vous pensez ne pas pouvoir avoir de courage,
laissez au moins votre curiosité s'exprimer : la curiosité de découvrir ce qui
va se passer, la curiosité de découvrir comment les choses vont évoluer.

situation, quelle leçon en tirer, quelle réaction en découlera.

Parfois, la vie vous demande simplement cela : un petit geste de gentillesse.
COURAGE.

À ce propos : j'ai entendu une fois l'histoire d'une petite fille atteinte d'une maladie héréditaire rare.

Le seul moyen de la guérir était de lui faire recevoir des transfusions sanguines de son petit frère qui, ayant déjà surmonté l'obstacle, avait produit les anticorps nécessaires.

Le père, la mère et les médecins ont demandé à l'enfant : « Te sens-tu capable de le faire ? »

Le garçon n'a pas hésité une seconde et a répondu : « Tu plaisantes ? C'est pour ma sœur, bien sûr que je peux ! »

Le jour de la première transfusion arriva donc.

Les deux enfants furent placés sur deux lits de camp, des aiguilles furent insérées dans leurs bras et le sang du bébé commença à être transfusé.

Il resta tourné vers le mur pendant quelques minutes, en silence.

À un moment donné, il se retourna et, regardant le médecin, lui demanda :
« Docteur, vais-je mourir tout de suite ? » (...) (...) (...)

Je vais vous dire la vérité : la première fois que j'ai entendu cette histoire, j'ai été ému.

Dans son innocence, le petit garçon avait compris qu'en donnant son sang à sa sœur... il mourrait.

Mais, pourtant, il n'y avait pas pensé un seul instant...

« Tu plaisantes ? C'est pour ma sœur, bien sûr que j'en ai envie... »
avait-il dit.

La vérité, c'est que lorsqu'on a un « pourquoi » fort, le courage vient naturellement et le « comment » cesse d'être un problème.

Quel problème aimeriez-vous résoudre aujourd'hui ?
Quel est le rêve que vous aimeriez réaliser ?
Mais surtout : pourquoi ?

Le secret final révélé : voici pourquoi cela
fonctionnera POUR VOUS AUSSI.

(Attention : ce paragraphe DOIT ÊTRE LU DEBOUT)

Nous y voilà, nous avons atteint la fin de ce livre.

À la fin de ce voyage que JL et moi avons fait avant
Marshall et que nous avons maintenant eu le plaisir de faire ensemble avec vous.

Voici le dernier paragraphe, et nous allons vous révéler quelque chose de
très important.

Peut-être le plus important du livre, en tout cas, certainement le plus important.

C'est un paragraphe à LIRE DEBOUT, oui.

Dans ce cas, il n'est pas utile de rester assis : si vous avez quelqu'un à côté
de vous (épouse, enfants, collègues, amis) et que vous ne voulez pas qu'il
vous voie lire debout... allez dans une autre pièce, où personne ne vous verra,
mais LEVEZ-VOUS.

Même si vous ne comprenez pas pourquoi maintenant, faites comme JL.

Vous le savez maintenant, il ne se soucie que d'une seule chose : que ça fonctionne.

Ça marche : essayez-le vous aussi, et vous comprendrez pourquoi.

Cela ne vaut même pas la peine de dire « ce sera pareil si je le lis assis » ou
« je pense me lever » : non, croyez-moi, vous devez le LIRE DEBOUT.

Alors maintenant, LEVEZ-VOUS et seulement ensuite continuez à lire.

Je vous pose cette question pour deux raisons :

- La première raison est qu'il s'agit en quelque sorte d'un rituel et que le
cerveau adore les rituels (ils sont considérés, comme les émotions fortes,
comme capables de le programmer).

Attention : ne sous-estimez pas le pouvoir des rituels. Pensez à l'Église catholique, au chamanisme, à tous les rituels des différentes philosophies et courants alchimiques, et aux religions : tous fonctionnent grâce aux rituels.

Un rituel est quelque chose de magique, un rituel est quelque chose d'alchimique.

Et c'est un rituel, un rituel très puissant de surcroît.
Alors : LEVEZ-VOUS.

- La seconde raison est qu'il y a des choses qui doivent être accueillies debout, comme un signe de respect presque sacré.

Nous sommes sur le point de vous révéler un dernier aspect clé : la véritable raison pour laquelle tout ce que vous avez lu jusqu'à présent fonctionnera pour vous, et plus particulièrement dans votre cas.

Si vous ne l'avez pas déjà fait, alors une fois de plus, vous
Veuillez vous lever.

Croyez-moi, je dis ça pour vous.

Nous allons vous expliquer pourquoi vous aussi pouvez utiliser cette méthode pour :

- Programmez votre esprit pour vous aider à atteindre tous les objectifs que vous pouvez imaginer. • Entamez le voyage qui vous mènera à ce que vous désirez dans les plus brefs délais. • Agissez sans effort en fonction de vos désirs, en éprouvant plutôt une nouvelle sensation de fluidité, comme si vous suiviez un courant qui vous emporte naturellement dans la direction que vous avez choisie.
- Commencez à remarquer les synchronicités et les coïncidences significatives (vous vous demanderez peut-être parfois s'il ne s'agit pas de véritables miracles dans votre vie). • Ayez la réelle possibilité de vivre une vie pleine, dans une anticipation constante, plutôt qu'une vie vide dans une agitation perpétuelle.

Nous allons vous révéler pourquoi vous aussi pouvez choisir votre avenir parmi les possibilités infinies qui existent déjà, et pourquoi vous pouvez créer cet avenir vous-même.

Nous allons vous révéler la véritable raison pour laquelle vous aussi, si vous le souhaitez, pouvez créer la vie dont vous rêvez. Dès maintenant, à partir de cet instant précis.

ÊTES-VOUS LEVER ?

S'il vous plaît, ne trichez pas, votre avenir en dépend.

NOUS SOMMES SÛRS QUE TOUT CELA VOUS ARRIVERA AUSSI POUR UNE TRÈS IMPORTANTE RAISON. PARCE QUE...

24

Effet de l'intention consciente sur l'ADN humain, <http://item-bioenergy.com/infocenter/consciousintentiononDNA.pdf> 25 CModulation de la conformation de l'ADN

par l'intention centrée sur le cœur - Publication 03-008, HearthMath Research Center, Institute of HeartMath - McCraty, Rollin, Mike, Atkinson, Dana Tomasino.

Tu le mérites.

« Il existe une autre façon de voir les choses. »

Passez au niveau supérieur.

Autant que possible. Toujours.

Avec respect, amour et gratitude...

ITALO PENTIMALLI

J.L. MARSHALL

Le pouvoir du cerveau quantique... Et puis?

Vous le savez maintenant, vous vous trouvez à un nouveau carrefour (mais combien de carrefours rencontrons-nous chaque jour, n'est-ce pas ?).

Dans ce cas, il s'agit d'une fourchette à trois voies...

Choix 1 :

REMETTEZ LE LIVRE SUR VOTRE BIBLIOTHÈQUE

Si vous avez lu jusqu'ici, cela signifie que vous avez apprécié votre lecture, et nous en sommes ravis.

Choix 2 :

EXPLOITER LA VAGUE ÉMOTIONNELLE

Si vous êtes venu lire ces mots, c'est très probablement que le livre vous a intrigué et motivé.

Vous pourriez commencer à utiliser la méthode sur un coup de tête émotionnel et, au bout d'une semaine ou deux tout au plus, laisser vos vieux réflexes reprendre le dessus, puis arrêter de l'utiliser (mais cela n'arrivera pas si vous avez rempli votre emploi du temps !).

Choix 3 :

DÉCIDER ENFIN D'OPÉRER UN CHANGEMENT SÉRIEUX. Soyons honnêtes, c'est le choix que nous espérons que vous ferez.

Une fois le livre terminé, vous vous retrouverez plongé dans l'ancienne réalité : mêmes personnes, mêmes sources de programmation, etc. etc. etc.

Pour tirer profit de cette méthode, vous devez décider de ne pas vous laisser vaincre par une résistance apparente et

Continuez à vous programmer vous-même, car si vous ne le faites pas, quelqu'un d'autre le fera pour vous.

Cela peut être fatigant par moments, mais rappelez-vous : vous ne faites que libérer d'anciens programmes (synapses) et tout ce que vous vivez est nouveau et requiert toute votre attention.

Mais n'oubliez pas non plus qu'une fois votre cerveau programmé, tout cela deviendra une compétence inconsciente... et vous n'aurez plus à y penser, cela se fera naturellement, ce sera votre état naturel.

Si vous souhaitez choisir cette troisième option, nous avons préparé un guide pour vous accompagner, et nous vous recommandons de l'utiliser...

DEUX FAÇONS DE CONTINUER À PROGRAMMER VOTRE CERVEAU

VISITEZ LE SITE WEB www.poterecervelloquantico.it/libro

Vous y trouverez des documents inédits, des analyses, des réponses aux questions fréquemment posées et des tutoriels pour vous accompagner tout au long de votre parcours (comme les fiches récapitulatives de la méthode sur deux pages) que vous pouvez télécharger gratuitement.

Vous aurez également l'occasion de découvrir et de rencontrer des personnes partageant les mêmes idées et qui connaissent ce type de réalité.

Sais-tu quelle est l'une des meilleures façons d'apprendre quelque chose ? L'enseignement. Enseigner vous oblige à remanier le contenu (et donc à programmer votre cerveau) et à y croire. C'est pourquoi nous disons « enseigner » : en enseignant, vous vous l'approprierez bien plus profondément, ce qui vous permettra de faire passer votre compréhension (et les effets que vous pouvez en ressentir dans votre vie) à un niveau supérieur.

Cependant : il existe plusieurs façons d'enseigner.

Pour expliquer ce que je veux dire, je voudrais commencer par un concept important.

Vous vous souvenez de l'effet Maharishi ?

8 400 personnes qui pensent la même chose. Pensez à l'effet Maharishi : vous vous souvenez ? 1 % de la population est capable d'apporter des changements concrets à la réalité qui l'entoure.

Imaginez ce qui pourrait se produire si 8 400 personnes dans le monde utilisaient le pouvoir du cerveau quantique pour changer le cours de leur vie.

Cela aurait un impact sur le bien-être mondial.

Mais nous avons besoin de personnes qui comprennent intimement le concept du cerveau quantique. Nous ne sommes pas les premiers à mener ce type d'expérience, mais si vous souhaitez vous joindre à nous pour promouvoir le bien-être mondial, nous vous attendons sur :

www.poterecervelloquantico.it/libro

Et s'il n'y avait pas 8 400 personnes ? Mais seulement 2 ? Ou 4, 10, 20 ?

Et si c'était votre partenaire ? Votre famille ?

Et si c'étaient vos amis, vos collègues si vous en avez, et si c'étaient toutes les personnes qui vous sont chères ?

Et si tous ceux qui vous entourent savaient ce que vous savez maintenant, et qu'ensemble, vous vous engagiez consciemment à créer un avenir meilleur pour vous-mêmes et pour les autres ?

Dans ce cas précis, nous avons observé deux comportements typiques : l'un qui ne fonctionne pas, l'autre qui fonctionne. Nous souhaitons vous parler des deux.

Méthode 1 : LES

CONVAINCRE DE VOS NOUVELLES IDÉES (NE FONCTIONNE PAS !)

C'est l'attitude typique de quelqu'un qui a découvert quelque chose de nouveau, quelque chose qui a le potentiel de tout changer et qui a hâte de le partager...

Il y a juste un problème : ils ne vous comprendront jamais.

De même que vous n'auriez pas compris intimement la méthode si vous n'aviez pas d'abord emprunté un chemin.

Vous voulez connaître la vérité ? Si vous leur révélez ces choses, à moins qu'ils n'y soient déjà préparés, ils vous prendront pour un fou et vous diront que vous avez subi un lavage de cerveau (ce qui, d'une certaine manière, est vrai ; toutes les sources de programmation sont « endoctrinées »).

Sais-tu ce qu'ils vont te dire ?

«Face à la réalité».

Bien que nous comprenions votre désir de partager ces concepts, notre conseil personnel est de NE PAS essayer de convaincre les autres : ils ne vous diront pas que ce n'est pas vrai parce que ce n'est pas vrai, mais parce que pour eux (et pour leurs schémas de pensée), ce n'est pas vrai, parce qu'ils ne voient pas ce que vous voyez.

Alors, encore une fois : N'essayez PAS de convaincre qui que ce soit !

Méthode 2 :

SOYEZ CURIEUX (C'EST LA MÉTHODE QUI FONCTIONNE)

Ce que vous pouvez faire – et ce qui, d'après notre expérience, fonctionne beaucoup mieux – c'est susciter la curiosité des personnes dont vous souhaitez connaître ces informations.

Comment faire ?

Faites-leur lire ce livre, donnez-leur un exemplaire, mais n'insistez pas et ne donnez jamais votre avis. Laissez-leur la possibilité de choisir, sinon ce sera votre choix et, très probablement, cela ne fonctionnera pas.

Présentez vos résultats, sans trop en parler.

Ce seront eux qui remarqueront que quelque chose a changé... et ce seront eux qui vous demanderont pourquoi.

Vous aussi, vous pouvez semer la graine du POSSIBLE dans leur esprit : maintenant Vous savez comment faire.

Le pouvoir du cerveau quantique

HISTOIRES DE VIE

[...] J'ai trouvé une méthode naturelle pour perdre du poids dès le lendemain et je l'ai mise en pratique immédiatement.

Pendant 7 jours, j'ai souhaité que mon enfant de 3 ans, qui parle peu et pas clairement... formule des phrases et parle plus clairement et précisément. Après 7 jours, la maîtresse de crèche m'a fait remarquer que mon enfant est plus sociable et répond même [...].

Merci

MARIA G.

Le cours Quantum Brain a été une révolution incroyable pour moi !

Je tiens à préciser que je suis passionné par la physique quantique et la loi de l'attraction, et que par conséquent, j'ai toujours essayé d'avoir des pensées positives et de faire des visualisations productives pour moi, mais avec des résultats peu satisfaisants.

En janvier, j'ai suivi le cours Quantum Brain, et une fois rentré chez moi, j'ai mis la méthode en pratique pendant 10 minutes par jour dans le cadre de mon travail.

Les résultats sont tout simplement incroyables !!!!

Je vous assure que malgré la crise, de février à aujourd'hui (11 avril), j'ai dépassé le chiffre d'affaires réalisé sur l'ensemble de l'année 2013 ! Et je continue de bénéficier de conjonctions d'événements et de « coïncidences » qui me permettent de semer avec succès, et les résultats viennent presque d'eux-mêmes !

Je me sens complètement immergé dans le flux de la richesse, tout se met en place et se met en place presque comme par magie !

Je suis actuellement à la recherche d'un collaborateur compétent et motivé, et compte tenu des perspectives, je suis confiant de pouvoir réussir.

J'aimerais aussi le faire pour trouver mon âme sœur, mais comme j'ai moi-même expérimenté à quel point c'est puissant, je ne voudrais pas que cela se réalise vraiment !

Je vous embrasse tous et... merci Italo !

MARA B.

Je suis très honorée de pouvoir partager comment ma vie s'est améliorée depuis le cours Quantum Brain. Tant de choses extraordinaires se sont produites. Je vais essayer d'être brève, d'autant plus que l'enthousiasme est immense et qu'il y a tant à dire.

Je vais commencer par mon objectif principal, que j'ai décomposé en objectifs moyens et petits.

Chaque mini-objectif de création d'emplois, et bien sûr la croissance financière qui en découle, a été atteint et même dépassé.

J'avais auparavant une relation très instable, qui s'est radicalement améliorée, et j'en suis très heureuse.

J'ai eu l'opportunité professionnelle dont j'ai toujours rêvé, une opportunité qui me permet de vivre ma vie comme je l'entends, et bien sûr, je l'ai saisie parce que je le sentais au fond de moi.

Je dois dire que j'ai acquis une grande confiance en moi et que j'aborde chaque situation avec assurance. Les gens que je rencontre me disent que je suis une véritable source de lumière et me demandent quel est mon secret. Je suis plus spontanée et beaucoup plus compréhensive. [...] Ma relation avec mes deux enfants s'est radicalement améliorée. Je sais et je crois fermement que cette vie est merveilleuse et que je suis entièrement responsable de ce qui m'entoure.

Je ressens en moi le bonheur, la sécurité et la joie de vivre.

Italo, je ne cesserai jamais de te remercier de m'avoir donné ma vie entre mes mains avec le mode d'emploi.

J'espère que quelqu'un pourra un jour vivre ce que je vis actuellement. Merci de me donner l'occasion de partager mes succès avec vous. Vous êtes comme une vraie famille pour moi.

SUSANNA N.

En tant que coach et praticienne holistique, les formations ne me sont pas étrangères ; en fait, au cours des 15 dernières années, j'ai participé à plus de 200 événements de formation.

La formation est un processus continu, c'est pourquoi je continue aujourd'hui encore à étudier et à mettre en pratique mes connaissances pour accompagner les personnes dans leur développement et leur offrir un service toujours plus performant. Une seule chose a changé : le choix de mon domaine d'activité.

Suivez-moi ! Pour 2014, je me suis fixé une limite de cinq événements d'entraînement !

« Quantum Brain » était mon premier choix pour la nouvelle année et je ne peux pas vraiment expliquer pourquoi, mais j'avais le sentiment que cela me serait utile.

Et c'était bien le cas !

Dès le lendemain du séminaire, j'ai appliqué la visualisation proposée par Italo pour activer le cerveau quantique et ensuite insérer de nouveaux programmes subconscients.

Les premiers programmes concernaient : –
une plus grande attention portée aux actions quotidiennes, notamment celles liées à
pour cette
activité, – de meilleurs
résultats – une plus grande reconnaissance en réduisant les efforts.
Résultat?!

Dans moins de 60 jours : –
le cours audio de la série ReP préparé est publié
autant que possible (Énergétique PNL),
J'ai été contacté par la rédaction d'un des principaux magazines de coaching italiens
pour écrire un article. Après l'avoir soumis, le rédacteur en chef m'a félicité et m'a
demandé des précisions sur mes formations. J'ai alors proposé d'écrire un article
pour un blogueur et formateur renommé dans le domaine du
développement personnel. L'article a rencontré un tel succès qu'il a décidé de le
publier sous forme d'e-book.

– et cerise sur le gâteau, j'ai été contactée, puis j'ai signé un contrat, avec une
entreprise du secteur des produits de beauté naturels, pour un service de formation
axé sur le développement personnel des collaborateurs et des employés ainsi que
du réseau de vente.

Eh bien, à vous de décider, à mon avis, « Quantum Brain » fonctionne !

CHRÉTIEN M.

[...] Peu de temps après mes débuts, j'ai constaté les changements : une plus grande
détermination dans l'accomplissement des tâches, la détermination comme une
ressource incroyable même dans les moments difficiles, un engagement accru envers
mon nouveau travail, une nouvelle image de moi-même plus positive.

Me convaincre moi-même avant tout, quoi qu'il arrive de tout et de tous.

Voici les résultats :

- Après des années d'inactivité et de « mauvaise forme physique », j'ai pris ma décision et, en 5 semaines de régime et d'entraînement régulier en salle de sport, j'ai perdu 5 kilos ;
- Ma relation amoureuse a enfin trouvé son équilibre la sérénité que je recherchais ;
- En l'espace de trois mois, j'ai obtenu une nouvelle qualification professionnelle que je n'avais jamais obtenue au cours des 14 mois précédents au même poste.

J'ai réalisé que j'avais un énorme avantage sur quiconque n'avait jamais participé à un séminaire de ce genre, et même face à des situations difficiles ou stressantes, je ne me mets plus en colère, je n'en ai plus besoin : je suis plus fort, plus complet, plus conscient.

LORELLA C.

J'étais parmi les sceptiques lors du stage à Milan, mais avec l'esprit ouvert...

Vous avez dit à plusieurs reprises que quelque chose allait changer, mais je n'aurais jamais imaginé que cela arriverait aussi vite.

Outre un sentiment de calme et de clarté qui m'accompagne depuis lors, dès mon retour, une situation sentimentale que je portais en moi depuis un certain temps et que je ne pouvais affronter s'est immédiatement résolue. [...]

Au travail, l'objectif est bien défini et ce sera la prochaine chose à laquelle j'appliquerai la « méthodologie », comme vous l'appellez.

Ce qui m'a libéré, c'est l'indifférence au jugement des autres. J'étais très influencé par les jugements d'autrui.

En fait, beaucoup de gens autour de moi (surtout des proches) ne sont pas d'accord, mais leur jugement ne m'atteint plus. Je dis à tout le monde que c'est ma faute, mais je n'en ressens plus le poids. La responsabilité, oui, mais pas le poids. [...]

Pour résumer...

Des coïncidences favorables... celles qui ont permis de débloquer le statut relationnel.

L'entreprise est fermée... attendons de voir comment les choses évoluent. Je serai plus précis en septembre, mais la situation s'améliore nettement.

Situations débloquées... avec une rapidité inattendue, je l'ai dit.

Le reste évolue aussi. La seule chose que je dois me répéter sans cesse, c'est : calme-toi ! Trop d'euphorie peut être néfaste, car après des années d'inactivité, on a envie de courir plutôt que de marcher !

Merci.

MAURIZIO S.

[...] Cinq mois après cette merveilleuse journée consacrée au cerveau quantique, tout a véritablement changé, de mon mode de vie aux résultats concrets obtenus dans ma vie.

Je vais vous faire part de ce que j'ai accompli...

Il y a quelques jours, j'ai terminé mon premier e-book, et après mille résistances, je n'arrive toujours pas à y croire : c'est un rêve que je caresse depuis plus de deux ans et il est enfin devenu réalité.

Puis, pendant plus de deux ans, j'ai été fascinée par le commerce et le marketing en ligne ; un mois seulement après la fin du cours, j'ai ouvert mon blog et décidé de partager mon parcours de développement personnel.

De plus, de belles opportunités se sont présentées à moi, me permettant d'accéder à des formations de haut niveau pour apprendre à créer ma propre entreprise, et c'est pour bientôt.

Après plus de deux ans, un autre grand rêve se réalise : d'abord, un discours lors d'un événement dans ma région, puis, dans deux semaines, ma première conférence officielle.

Autre décision très importante : à la fin de l'année, je vais emménager avec ma copine. Et ensemble, nous partagerons chaque étape de notre développement personnel. [...]

Et pour conclure, je vous dis que je suis toujours beaucoup plus centrée et que je crée ma réalité à chaque instant de ma vie !

Ce cours change véritablement votre vie et vous amène chaque jour à être plus responsable de ce qui se passe !

Tout cela pour exprimer ma plus profonde et immense gratitude à vous et à tout le personnel, merci merci merci, c'est magnifique et j'ai vraiment fait un bond quantique dans l'espace !!!

Je t'envoie une grosse accolade pleine d'affection.

SALVATORE F.

Bonjour Italo !

Je tiens vraiment à vous remercier car après le cours à Rome, et surtout après avoir répété plusieurs fois l'exercice de cohérence que vous nous avez enseigné, tout ce que je souhaitais s'est réalisé !

Ma santé s'est améliorée, j'ai trouvé une entreprise formidable et, après seulement trois mois, j'ai atteint un bon niveau professionnel ! Un de mes rêves était aussi de donner des conférences à travers l'Italie, et je dois vous dire que je reviens tout juste d'une tournée d'une semaine où j'ai donné cinq conférences dans cinq villes différentes.

Je suis déjà en train d'activer mon cerveau quantique pour mon prochain rêve !!!

Merci

PATRIZIA

Note finale des AUTEURS

Nous remercions tous ceux qui, au fil du temps, nous ont raconté leur histoire.

Pour des raisons évidentes de place, nous n'avons pas pu tous les publier dans ce livre : cela aurait nécessité un ouvrage séparé.

Nous tenons toutefois à vous informer que nous les avons lus — et continuons de les lire — avec grand plaisir, convaincus que votre message, même s'il ne passe pas par les pages d'un livre, atteindra d'une manière ou d'une autre sa destination.

Merci.

ITALO PENTIMALLI et JL MARSHALL

LES AUTEURS

Italo Pentimalli est auteur, conférencier et fondateur de PiuChePuoi.it, la communauté de développement personnel la plus visitée d'Italie (source : Google Ad Planner), qui compte plus de 2 millions de visiteurs par an, plus de 100 000 fans sur Facebook et une newsletter quotidienne suivie par plus de 180 000 lecteurs passionnés. Il a été l'un des pionniers de la formation en ligne en Italie, fédérant une large communauté d'adeptes depuis 2004.

Site web : www.piuchepuoi.it/

Page Facebook : www.facebook.com/piuchepuoi Blog
personnel : www.ItaloPentimalli.com

JL Marshall est un entrepreneur, auteur et expert en communication marketing. Confiant, pragmatique et méthodique, il est l'atout majeur de plusieurs entreprises en ligne. Curieux et ouvert d'esprit, il expérimente, souvent directement, des principes et des techniques avancés de développement du potentiel humain, cherchant sans cesse des modèles d'application à la fois essentiels et universels.