



Il ne suffit pas toujours d'être entouré de personnes bien intentionnées à votre égard pour réussir, être heureux, prospère, épanoui et en bonne santé.

Pour que le monde qui vous entoure change, c'est VOTRE MONDE INTERIEUR qui doit d'abord changer. Mais pour changer ce monde intérieur, comment faire ?

Il faut procéder de la même façon qu'il a été créé: nourrir votre esprit de pensées, d'affirmations positives qui, peu à peu, remplacent les croyances négatives qui vous empêchent d'avoir tout le Bonheur, la Réussite, l'Epanouissement, la Prospérité et la Santé auxquels vous avez droit.

Pour que ces « formules magiques » exercent tout leur pouvoir sur vous, suivez ces quelques règles simples:

1. Gardez ce fichier dans votre ordinateur. Imprimez-le. Si vous le perdez, demandez-m'en un autre.

2. Lisez ces formules le matin en vous réveillant, le soir avant de vous endormir, et pendant la journée, lorsque vous avez un moment de libre.

3. Lisez-les en vous parlant à vous-même « Je... », mais aussi mettez-les sous d'autres formes:

- Comme si quelqu'un parlait de vous en disant (par exemple) « C'est vrai, Pierre persévère jusqu'à réussir ... »
- Comme si un de vos proches vous disait « Toi, tu

persévères jusqu'à réussir ... »

- Comme si un étranger vous disait « Oui, vous, vous persévérez jusqu'à réussir ... »
- Comme si vous déclariez « Nous, dans notre famille, nous persévérons jusqu'à réussir ... »
- etc.

C'est DE CETTE FAÇON que les réflexions de votre entourage, vos affirmations et votre dialogue intérieur ont façonné vos croyances et vos comportements. C'est DE LA MEME FAÇON que vous pourrez les changer.

4. Représentez-vous les scènes correspondantes, faites jouer tous vos sens: Ecoutez mentalement ces affirmations, voyez l'image, sentez les odeurs correspondantes, représentez-vous mentalement la texture des matériaux présents, et surtout pensez aux sentiments, aux impressions, aux émotions que provoquent en vous ces formules.

5. Notez vos réactions à chacune de ces formules. Si elles ne vous plaisent pas, cherchez pourquoi. Si elles vous enthousiasment, trouvez aussi la raison. Utilisez-les pour mieux vous connaître.

6. Parlez-en avec d'autres personnes. Echangez votre point de vue sur le sujet. Parlez-en surtout avec ceux qui vous semblent mieux réussir que vous.

7. En cliquant sur la formule, elle vous sera lue par votre ordinateur. Mais vous pouvez aussi les enregistrer sur cassette, les écrire plusieurs fois, les recopier, les dessiner, les chanter. Plus elles feront partie de votre univers mental, plus elles auront d'effet.

8. Faites-en de nouvelles, adaptées plus spécifiquement à vos besoins. Assurez-vous bien qu'elles sont positives et motivantes.

9. Utilisez-les jusqu'à ce qu'elles produisent le résultat escompté. Révisez-les de temps en temps par la suite.

10. La plupart de ces formules proviennent de livres d'inspiration et de motivation personnelle: lisez régulièrement ce genre de livres, notamment ceux qui se trouvent à <http://www.livres-gratuits.com> ce sont vos meilleurs amis !

Il me reste à vous souhaiter de voir vos vœux se réaliser, aussi bien sur le plan spirituel que sur le plan matériel et affectif... Vous en avez maintenant les moyens.

Bien amicalement,

Christian H. Godefroy

<mailto:christian@club-positif.com>

Aujourd'hui  
est le premier jour  
du reste de ma vie.

Aujourd'hui  
je commence  
une vie nouvelle.



Je vis ce jour  
comme s'il s'agissait  
de mon dernier.



J'accueille ce jour  
avec un cœur  
plein d'amour.



Je souris à la vie.



# OUI



Je multiplie  
ma valeur  
par cent.



Si je désire vraiment  
quelque chose,  
je peux l'obtenir.



Je persévère  
jusqu'à réussir.



J'ai le droit de dire NON  
à quelqu'un  
sans perdre son amour.



Les autres peuvent me dire NON  
sans que  
j'en sois affecté.



Je donne et  
je reçois de l'amour librement



Il m'est  
de plus en plus facile  
de recevoir  
et de donner  
aide et coopération.



J'ai confiance en moi.  
Je fais confiance aux autres  
et à la vie.



Je suis responsable de  
ce qui m'arrive.



J'aime mon corps. J'ai le pouvoir  
de me guérir.



Chaque jour,  
et à tout point de vue,  
je vais de mieux en mieux.



Chaque jour,  
ma conscience  
s'emplit de joie,  
d'amour et de paix.



Je crée chaque jour davantage  
des pensées et des émotions  
positives, harmonieuses.

Elles transforment ma vie et  
m'apportent bonheur et santé.



J'ai le droit  
d'avoir de la chance et  
de l'argent.



J'ai le courage  
de DEMANDER.



Je gagne  
plus d'argent  
que je n'en dépense.



Chaque franc  
que je dépense  
me revient multiplié.



Je ne risque rien  
Si je ne crains rien.



En moi  
se trouve la sécurité.



J'ai le droit  
d'être heureux(se).

Je développe  
mon aptitude au bonheur.



MERCI  
pour tout ce qui m'arrive.



Chaque nuit m'apporte  
un sommeil profond  
et réparateur.

Chaque matin,  
je m'éveille  
plein de joie  
et de confiance.



Il y a  
une solution - je vais la trouver.



Je m'endors en direction de ma  
plénitude.



## **Table des matières**

Introduction.....	Page 1
Formules du matin.....	Page 4
Formules de réussite.....	Page 7
Formules d'épanouissement.....	Page 9
Formules de santé.....	Page 18
Formules de prospérité.....	Page 22
Formules de bonheur.....	Page 26
Formules du soir.....	Page 29



Cet eBook fait partie de la collection de livres gratuits de développement personnel que vous pouvez télécharger à <http://www.livres-gratuits.com>

Il est fortement conseillé de le passer gratuitement à vos amis intéressés. Si vous voulez le vendre, le mettre sur votre site ou le donner en cadeau avec un de vos produits, écrivez-vous pour obtenir une autorisation.

Pour toute question, écrivez à :

<mailto:webmaster@livres-gratuits.com>

© 2001 Christian H. Godefroy