



LES 9

CLES

POUR VIVRE
LA VIE DE VOS
RÊVES

Par Liliane Clavel Pardo



Introduction

Je vous accompagne dans votre souhait de changer votre vie en partageant avec vous des outils concrets et pratiques et vivre la vie de vos rêves.

Il arrive un moment où dans votre vie, vous en avez assez ! Vous en avez marre ! Assez de vivre dans les frustrations. Assez de jouer à la victime. Marre de vivre dans le manque. Bref ! Vous en avez marre d'avoir une vie que vous détestez.

C'est dans cette période où vous vous rebellez et vous vous dites : « *Maintenant, ça suffit il faut que ça change. J'en ai marre de vivre ainsi. Je décide de prendre ma vie en mains. Je décide de changer les choses parce que je ne veux pas vivre dans les frustrations et mourir dans les regrets.* »

Cette période de la vie, je l'ai déjà traversée, et de nombreux clients avec moi. Ensemble, nous avons décidé de changer et chaque nouvelle rencontre nous a fait grandir, nous a fait devenir quelqu'un de meilleur, de plus optimiste, ensemble nous avons changé, nous avons atteint nos objectifs.

Bref ! Je sais ce que sont les manques et les frustrations. Et lorsque je parle de manque, c'est le manque financier mais aussi le manque de relations émotionnelles et relationnelles, le désert affectif et social.

Si je remonte loin dans le temps, j'ai grandi dans un milieu particulièrement pauvre où le manque d'argent, d'émotions positives et de relations enrichissantes étaient mon patrimoine.

Mon enfance et mon adolescence furent particulièrement douloureuses... si bien qu'à plusieurs reprises j'ai sérieusement pensé à me suicider. Puis, j'ai décidé que la vie devait valoir quelque chose puisque certains la trouvaient merveilleuse.

Ainsi, si vous me lisez aujourd'hui c'est que j'ai fini par trouver au fond de moi, cette étincelle cette source d'espoir qui existait et qui voulait jaillir.

Bref ! Je vous épargne les détails... mais je peux vous dire que j'ai décidé un jour de changer, j'ai décidé que c'en était fini de vivre malheureuse et frustrée. Alors, plutôt que de donner du poids à mes idées sombres, j'ai préféré une autre option : *en finir avec tous mes problèmes... et commencer à vivre une vie de qualité exceptionnelle.*

Ce n'était pas une chose évidente... mais comme j'étais déterminée, je suis allée au bout de mes efforts. J'ai commencé par réussir ma vie professionnelle avec un métier qui représentait la sécurité financière. Après avoir brillamment réussi dans ce métier, j'étais toujours en quête de sens.

Je me suis mise à suivre une psychothérapie, à assister à de nombreuses conférences, à consulter d'éminents médecins et psychologues, à me former à différentes techniques et tout cela m'a beaucoup aidée dans mon processus de transformation.

Pour aller plus loin, assoiffée par toutes les connaissances que j'accumulais, je suis devenue consultante, coach et enfin psychothérapeute. J'ai littéralement dévoré des centaines de livres sur le succès, la réussite, et le bonheur, le développement personnel, j'ai visionné des centaines de vidéos de personnalités inspirantes.

Quand je me suis mise à appliquer ce que je découvrais, des changements ont commencé à s'opérer dans ma vie. Au fur et à mesure que je continuais de me former, j'améliorais mes techniques. Je découvrais ce qui fonctionnait le mieux pour moi, pour mon entourage, pour les autres, pour les personnes qui me consultaient, mes clients.

A chaque nouveau client, j'étais surprise et ravie de mon succès.

Je me suis focalisée davantage sur ce qui fonctionnait le mieux... Puis, je me suis mise à inventer des méthodes et des programmes que depuis peu, je propose en ligne. En effet, pourquoi les proposer à un petit nombre alors que le web ouvre les portes d'un potentiel sans nulles autres pareilles...

J'ai été capable de changer complètement le cours de ma vie, ce que j'ai fait plusieurs fois, pour devenir enfin la femme épanouie et comblée que je suis actuellement. J'adore accompagner les autres dans leur changement ou projet de vie.

Je ne vous dis pas que cela fut facile. J'ai dû prendre des décisions difficiles et travailler avec acharnement sur moi-même. Mais cela en a valu la peine.

La bonne nouvelle, c'est que je vais partager avec vous ce guide où vous trouverez les clés et les outils qui ont changé ma vie... et je vais vous aider à en faire autant sans avoir à passer par les mêmes erreurs que moi.

Si vous étudiez et appliquez les clés qui suivent, je vous garantis qu'elles opèreront des changements dans votre vie. Alors, je vous invite à lire soigneusement ce qui suit.





**VOUS ÊTES
RESPONSABLE DE
VOTRE VIE. VOUS NE
POUVEZ PAS CONTINUER
À BLÂMER QUELQU'UN
D'AUTRE POUR VOTRE
DYSFONCTIONNEMENT.
LA VIE, C'EST VRAIMENT
ALLER DE L'AVANT.**

Oprah Winfrey

Clé 1 : Vous êtes responsable de votre vie

Pour vivre la vie de vos rêves, il vous faut être le maître à bord ! Vous êtes le seul (la seule) responsable de votre vie ! C'est de votre responsabilité de décider de prendre le contrôle de votre vie et ne plus la subir.

La plupart des gens subissent leur vie et ne la vivent pas. C'est pourquoi ils se plaignent constamment. Soit c'est la crise, soit les temps sont durs. Ou c'est le gouvernement qui est pourri. Ou c'est leur patron qui est l'incarnation même du Diable en personne. Il y aura toujours des coupables, il y aura toujours des responsables de votre état et vous serez toujours la victime. Alors STOP !

Si vous vous plaignez constamment, c'est que vous avez perdu le contrôle de votre vie... et vous avez laissé les autres décider à votre place.

La première chose que vous devez faire pour vivre la vie de vos rêves, c'est de prendre la responsabilité de votre vie.

Si les choses ne vont pas bien aujourd'hui dans votre vie, sachez que vous êtes la seule personne qui peut les changer. Pour cela, il vous suffit de le décider.

Cessez de vous plaindre. Parce que lorsque vous vous plaignez, vous donnez inconsciemment aux autres le pouvoir sur votre vie. Passez à l'action !

Vous n'êtes pas là pour changer le système. Ce n'est pas votre combat. Votre pouvoir, c'est changer votre vie. Vous avez le pouvoir de changer votre vie.

Vous êtes l'architecte de votre vie. Vous êtes l'artisan de votre réussite. Et, à moins que vous ne donniez le pouvoir à d'autres personnes, vous pouvez changer complètement votre vie. Vous pouvez transformer votre vie comme vous le voulez. La seule condition, c'est d'en prendre l'entière responsabilité.

Regardez tous les domaines de votre vie qui ne vous plaisent pas, et dans lesquels vous avez des frustrations. Puis décidez de changer complètement les choses. Vous avez déjà en vous tout le pouvoir nécessaire pour créer la vie de vos rêves.

Une fois que vous avez décidé de prendre la responsabilité totale de votre vie, je vous invite à appliquer les 9 clés suivantes pour créer la vie de vos rêves.





**VOUS POUVEZ ÊTRE
TOUT CE QUE VOUS
VOULEZ ÊTRE, IL SUFFIT
DE VOUS
TRANSFORMER EN
TOUT CE QUE VOUS
PENSEZ QUE VOUS
POURRIEZ ÊTRE.**

FREDDIE MERCURY

Clé 2 : Décidez ce que vous voulez vraiment

Vous allez me dire que c'est évident...mais combien d'entre vous le font ? Vous ne seriez pas là en train de lire ce guide si vous saviez comment faire.

La plupart des gens n'y pensent même pas. Ils veulent vivre une vie de qualité exceptionnelle mais ils ne prennent pas le temps de déterminer ce qu'est l'exceptionnel pour eux.

La vérité, c'est que vous ne pouvez pas expérimenter l'exceptionnel si vous ne déterminez pas clairement ce que cela signifie pour vous.

La première étape pour vivre la vie de vos rêves, c'est de déterminer clairement votre vie de rêves.

Que voulez-vous dans la vie ? Quelle est la vie de vos rêves, selon vous ? Quelles sont les expériences que vous souhaitez vivre ? Qu'est-ce qu'une vie de qualité exceptionnelle pour vous ?

C'est la clé : posez-vous toutes les questions nécessaires pour déterminer clairement ce que vous voulez vivre dans votre vie.

N'amalgamez pas ! Si vous ne déterminez pas clairement ce que vous voulez, vous allez vivre une vie qui n'est pas la vôtre, qui n'est pas celle que vous souhaitez réellement vivre. Vous êtes là pour choisir quelle sera votre vie et ne pas vivre une vie qui ne correspond pas à vos valeurs.

Qu'est-ce qu'une vie de qualité exceptionnelle ?

C'est une réponse qui n'est pas facile. Chaque individu a son point de vue et je vais vous donner un aperçu non exhaustif :

- Une abondance financière,
- Une liberté totale,
- Une famille épanouie,
- De bons amis,
- Une meilleure carrière professionnelle,
- De meilleures affaires,
- Une santé parfaite,
- D'excellentes relations,
- Être heureux,
- Respirer le bonheur,
- Être serein,
- ...

Pour la plupart d'entre nous, une vie de qualité exceptionnelle équivaut à avoir une, deux ou plusieurs de ces choses combinées. Avoir ou être... Je reviendrai sur l'avoir ou l'être... sur un autre guide !

Toutefois, ce que vous définissez comme « exceptionnel » ne l'est pas forcément pour les autres. C'est pourquoi il est important de prendre le temps pour déterminer clairement vos propres termes de réussite.

Quelle est votre vie de rêve ?

Cette question aussi simple qu'elle puisse paraître entraîne une réponse ardue. Pourquoi ? Parce que beaucoup de personnes ont rangé leurs rêves dans les tiroirs.

La pression de la société et des événements de la vie leur ont fait oublier leurs valeurs les plus profondes, ce à quoi elles tiennent vraiment. Si vous êtes dans cette situation, il peut être difficile de déterminer clairement ce que vous voulez vraiment dans votre vie.

Je vous propose l'exercice suivant pour vous aider à déterminer ce que vous voulez.

Si vous ne savez pas ce que vous voulez, vous savez au moins ce que vous ne voulez pas dans votre vie, n'est-ce pas ?

Alors, commencez à lister toutes les choses que vous ne voulez plus dans votre vie. Une fois que vous les aurez listées, il vous sera plus facile de déterminer ce que vous voulez.

Alors, remplissez les lignes suivantes en listant au moins dix choses que vous ne voulez pas dans votre vie :

(Exemples : la maladie, les relations toxiques, les problèmes d'argent, les problèmes de couples, des enfants mal éduqués...)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

Vous ne devez pas vous limiter à seulement une dizaine de points. Pour les clients que j'accompagne sur la recherche amoureuse, je les fais réfléchir jusqu'à 80 à 150 points négatifs ou choses dont ils ne veulent plus dans leur vie.

Une fois que vous avez listé ces choses, il ne vous reste plus qu'à lister leurs contraires, et vous aurez alors la liste des choses que vous désirez avoir le plus dans votre vie.

Maintenant, remplissez les lignes suivantes avec les choses que vous voulez dans votre vie. Il s'agit simplement du contraire de ce que vous ne voulez pas.

(Exemples : la santé, de merveilleuses relations, des enfants épanouis et bien éduqués, une vie de couple harmonieuse...)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

Maintenant, vous connaissez les dix choses (ou plus) qui vous tiennent le plus à cœur. Hiérarchisez la liste du plus important au moins important et conservez les 10 premiers points.

Il ne vous reste plus qu'à les matérialiser dans votre vie. Je vais vous montrer comment le faire concrètement. Mais avant, j'aimerais vous faire partager une autre clé importante pour vivre la vie de vos rêves.





***Pour vivre
pleinement sa vie, il
n'est pas nécessaire
d'agir. Pour vivre
pleinement sa vie, il
est indispensable
d'être.***

Lao Tseu

Clé 3 : Commencez à vivre votre vie

Ne vivez plus la vie qu'on a imaginé pour vous ! C'est un triste et amer constat. Mais la plupart des gens vivent la vie d'autres personnes, et non la leur. Vous me direz sûrement « *comment peut-on vivre la vie d'une autre personne ?* »

La réponse est simple : en essayant d'être, de faire, ou d'avoir la même chose que les autres.

Nous sommes dans une société qui nous pousse à suivre la masse à cause de l'influence qu'elle nous inflige. Nous sommes dans la consommation intense. C'est ce que j'appelle le « mal avoir », de quoi avez-vous besoin, quelles sont vos vraies valeurs ?

La plupart des hommes veulent ressembler à la star du moment comme un Justin Bieber ou un George Clooney et les femmes à une Rihanna ou Scarlett Johansson. Et quand ils n'ont pas ces choses, les gens se sentent mal. Ils se dénigrent et auto sabotent leur propre bonheur.

La société a fixé des standards spécifiques pour chaque domaine et lorsqu'une personne ne remplit pas l'un de ces standards, elle se croit anormale.

Par exemple, on nous fait souvent croire qu'une personne qui a réussi est celle qui possède des voitures de luxe, des maisons au bord de la mer et qui passe la majorité de son temps sur la plage et dans les casinos, n'a-t-on pas entendu Jacques Séguéla affirmer péremptoirement : « Si, à 50 ans, on n'a pas une Rolex, on a quand même raté sa vie. ».

Pourtant, la vie réelle est loin de ces clichés.

Le problème, c'est que lorsque vous cherchez à suivre ces clichés, vous perdez votre vraie identité. Vous oubliez qui vous êtes... et ce dont vous avez vraiment besoin !

La meilleure façon de rater sa vie, c'est de chercher à ressembler aux autres. Ce que vous devez garder à l'esprit, c'est que vous êtes unique en votre genre. Vos aspirations les plus profondes diffèrent de celles des autres. Vous êtes un être unique !

Il est donc important d'apprendre à vous connaître si vous voulez donner à votre vie tout le sens qu'elle mérite.

La question qui s'ensuit est « comment faire pour se connaître ? »

Cette question peut faire l'objet de tout un livre. Toutefois, voici quelques pistes qui vous aideront à vous connaître profondément.

- Aimez passer du temps seul. C'est seulement en passant du temps seul, avec vous-même, dans le silence, que vous allez apprendre à écouter votre voix intérieure. Et lorsque vous pourrez entendre votre voix intérieure, vous saurez ce qui est important pour vous, ce que vous voulez vraiment. Sauf si votre voix intérieure est un hamster malicieux : allez voir ma [chaîne YouTube](#), je vous explique ce qu'est un hamster malicieux, et n'hésitez pas à vous abonner).
- Méditez beaucoup. La méditation est un exercice qui vous permet de découvrir votre être intérieur et de développer votre esprit. Elle vous permettra de vous rendre plus fort spirituellement. Vous serez plus apte à suivre votre intuition et à vivre votre vie selon vos propres réflexions.
- Éloignez-vous des influences négatives. Que vous le vouliez ou non, vous êtes influencés par votre monde extérieur. Et si ce monde est négatif, ou vous envoie des messages négatifs, vous aurez une attitude négative et autodestructive.

Les sources d'influences négatives sont entre autres : la télévision, les magazines de mode ou de célébrités, la mauvaise compagnie. C'est là que l'on s'habitue aux standards de vie erronés que notre société nous force à suivre. Ce conseil est semble-t-il extrême pour certains d'entre vous, mais essayez de le suivre pendant une semaine ou deux. Et vous verrez ses effets sur votre vie.





*Il est temps de
commencer à vivre la vie
que vous avez toujours
imaginé vivre.*

Henry James

Clé 4 : Changez vos croyances

Si la qualité de votre vie actuelle ne vous convient pas, alors vous avez des croyances négatives ou limitantes.

Ce sont vos croyances qui gouvernent votre vie, elles conditionnent votre attitude.

Qu'est-ce qu'une croyance ?

Une croyance, c'est simplement une idée que vous avez acceptée comme vraie. Vous êtes convaincu qu'elle est vraie. Quelle soit erronée ou fondée, peu importe, une fois que vous l'avez intégrée et acceptée, comme une vérité, elle fait partie de votre réalité. Et tout ce qui arrive dans votre vie participe à vous montrer que vous avez raison. Mais bonne nouvelle, vous pouvez changer ces croyances ou ces vérités.

Admettons par exemple que vous croyez « *qu'il est impossible d'être heureux.* » Vous verrez continuellement des scènes ou des situations qui vous feront croire que le bonheur est impossible. Cette croyance va se renforcer de jour en jour, d'année en année. C'est une vision de votre cerveau.

Le problème avec vos croyances, c'est qu'elles se sont développées pour la plupart dans votre enfance, à travers les influences de vos parents, camarades, enseignants, médias, etc...

Et aussi, celles que vous avez développées à l'âge adulte à travers les expériences que vous avez vécues, surtout si ces expériences sont malheureuses.

Si vous voulez changer votre vie et vivre une vie de qualité, une vie meilleure, vous devez avant tout accepter que vous ayez besoin de meilleures croyances, de meilleures vérités, celles qui sont alignées à vos aspirations les plus profondes.

Par conséquent, vous devez mettre vos croyances actuelles à l'épreuve.

Débusquez-les, et éliminez toutes celles qui sont contraires aux aspirations que vous avez actuellement. Dans mes séminaires et accompagnements, je vous propose l'EFT, pour éradiquer une bonne fois pour toutes les causes émotionnelles qui polluent votre vie. Je vous en parlerai dans un autre [guide](#).

Par exemple, si vous avez besoin de trouver une âme sœur et que vous avez une croyance du genre « *les gens sont infidèles en amour* », vous devrez éliminer cette croyance en développant une croyance comme « *le parfait amour existe...* » (voir mon programme [Love Training](#))

Comment faire pour développer des croyances positives ?

Prenez la liste des choses que vous voulez le plus et faites l'exercice suivant :

1. Je n'ai pas encore le parfait amour parce que_____

(Complétez cette phrase).

Et

2. Si j'avais (ou j'étais) _____, (complétez le vide) j'aurais déjà rencontré le parfait amour.

Complétez ces deux phrases le maximum de fois possible, et ce, pour chacune de vos aspirations. Vous allez ainsi découvrir les croyances qui vous empêchent d'obtenir ces choses.

Une fois que vous aurez écrit ces phrases, questionnez la sincérité de vos réponses.

Par exemple, si vous avez dit « je n'ai pas encore le parfait amour parce que « je suis timide... »

Ou

« Si j'étais riche, j'aurais déjà rencontré le parfait amour... »

Demandez-vous au fond de vous, s'il n'y a pas des personnes timides qui ont déjà rencontré leur âme sœur, ou s'il n'y a pas des personnes fauchées financièrement qui ont une vie de couple merveilleuse.

À ces deux questions, vous avez déjà une réponse. Ce qui vous empêche ce n'est pas votre timidité ou votre manque de richesse mais sans doute les excuses que vous vous faites.

Maintenant que vous savez que ces croyances sont erronées, développez d'autres phrases pour développer des croyances positives.

Par exemple :

« Même si je suis timide, je peux rencontrer le parfait amour parce que d'autres personnes avant moi l'ont fait. »

Ou

« Je mérite de rencontrer le parfait amour. »

Puis, récitez régulièrement cette phrase. Faites-en votre mantra.

Maintenant, chaque fois que vous vous surprenez en train de parler ou de penser selon votre ancienne croyance, remettez-vous sur le bon chemin. Puis, commencez à déclamer les phrases positives que vous avez développées.





*La distance
entre les rêves
et la réalité
s'appelle
l'action*



Clé 5 : Passez à l'action

Un objectif sans plan d'action n'est qu'un simple souhait.

Tant que vous ne décidez pas de plan d'action cohérent pour obtenir ce que vous voulez vraiment, alors vous n'avez pas encore d'objectifs mais simplement des souhaits.

Dans la première partie de ce guide, vous avez déterminé des objectifs clairs et précis. Vous savez donc ce que vous voulez dans votre vie.

Maintenant, la seule chose qui vous éloigne de ces objectifs, c'est l'action. Pourtant, vous ne pouvez pas agir efficacement tant que vous n'avez pas de plan d'action.

Alors, prenez chacun de vos objectifs, et créez un plan cohérent pour leur réalisation.

Déterminez clairement les étapes à suivre pour obtenir ce que vous voulez.

Ici, il est difficile de vous donner un exercice pratique pour créer vos plans... parce que je ne connais pas vos objectifs.

Cependant, je vous assure que si vous savez déjà ce que vous voulez, alors vous pouvez créer un plan cohérent. Il suffit d'avoir une bonne volonté.

Et si vous vous trouvez coincé, vous pouvez demander de l'aide à une personne qui a déjà réalisé ce que vous souhaitez obtenir.

Ainsi, vous prenez un raccourci et vous arrivez plus rapidement à destination.



**Un mentor est
quelqu'un qui voit plus
de talent et de
capacité en vous, que
vous ne voyez en vous-
même.**

Bob Proctor

Clé 6 : Trouvez un mentor

C'est dans Pouvoir Illimité, qu'Anthony Robbins évoque le mentor, repris ensuite par Christian Godefroy.

Toutes les personnes qui réussissent leur vie ont des mentors. Le mentor est la personne qui vous sert de modèle. Vous vous inspirez de son expérience et de ses conseils pour avancer plus rapidement dans la vie.

Avoir un mentor vous permettra d'avancer plus rapidement et d'éviter des erreurs.

Certaines erreurs peuvent vraiment être évitées. Pourquoi ? Parce que d'autres personnes les ont déjà commises. Et si nous apprenons d'elles, nous ne les commettrons pas.

C'est l'un des plus grands avantages d'avoir un mentor. N'oubliez pas le vieux proverbe qui dit « *n'essayez pas de réinventer la roue.* »

La vie est courte et vous pouvez avancer très rapidement en apprenant à la lumière des expériences des autres.

Cependant, il ne faut pas choisir un mentor parce qu'on vous a recommandé de le faire. Lorsque vous choisissez votre mentor, il est important de vous tourner vers la bonne personne : celle qui peut vous aider vraiment à avancer vers vos objectifs.

À ce niveau, vous vous demandez : « *mais comment choisir un bon mentor ?* »

Voici quelques conseils pratiques pour vous aider :

Choisissez une personne qui a fait ses preuves.

Vous pouvez avoir un ou plusieurs mentors dans des domaines différents. Par exemple, un mentor dans le domaine de vie de couple, un mentor dans le domaine des affaires, un autre dans le domaine du bien-être, etc.

L'objectif c'est de vous trouver un mentor qui a déjà obtenu les résultats que vous souhaitez obtenir. Il faut que ce soit quelqu'un a déjà emprunté le chemin sur lequel vous vous trouvez maintenant. Ainsi, vous êtes sûrs que ses conseils s'appliqueront à vous.

Quand j'ai découvert ce que je voulais faire de ma vie, j'ai regardé autour de moi quelle personne avait déjà fait ses preuves dans ce domaine. Puis, j'ai appris d'elle. Et j'ai lancé mon propre business. Chaque fois que je me lance dans quelque chose de nouveau, je me cherche le mentor adéquat. Grâce au mentorat, j'ai été capable de générer mes premiers revenus.

Vous n'avez pas forcément besoin de connaître votre mentor.

Si vous connaissez personnellement des gens qui peuvent jouer le rôle de mentor dans votre vie, alors c'est parfait. Cela a un avantage énorme, car un contact personnel et/ou physique est un grand atout.

J'ai personnellement des mentors que je n'ai jamais rencontrés en personne. Toutefois, je bénéficie de leurs conseils grâce aux ressources qu'ils mettent à disposition du grand public ou de leurs clients.

De nos jours, grâce à internet vous pouvez vous faire coacher par presque n'importe quel expert. La seule condition est de vous procurer les ressources qu'il vend en ligne.

Le bon mentor à un prix

Tout a un prix. Et il n'y a pas d'exception à la règle quand il s'agit de trouver un mentor. Même si vous connaissez personnellement un mentor, soyez prêts à payer le prix pour bénéficier de son aide.

Dans ce cas, le prix peut ne pas être forcément financier. Mais soyez prêts à lui donner quelque chose en retour. On n'a rien pour rien. C'est un principe universel. Et les bons mentors le savent. C'est pourquoi ils vous feront toujours payer quelque chose en échange de leur aide (livres, formations, coaching, consultation...).

Si vous n'êtes pas prêts à payer ce prix, soyez prêts à ne pas obtenir leur aide. Mais souvenez-vous que ne pas payer le prix d'un mentor a aussi un coût : les frustrations, et les erreurs sottes qui ne méritent pas d'être commises.



**Soyez le maître
que vous
voudriez avoir.**

Victor Hugo



Clé 7 : Soyez maître de vos finances

Tout le monde aspire à la liberté, la liberté dans tous les domaines de vie. Et quand je parle de liberté, c'est la liberté de vous offrir ce que vous aimez, celle de faire plaisir aux êtres qui vous sont chers, la liberté de voyager, être libre de vos mouvements, libre de choisir ce qui est bon pour vous.

L'argent est un outil important qui vous aide à gagner cette liberté. Il est donc important que vous vous intéressiez vraiment à votre vie financière. Et d'éradiquer toutes les causes émotionnelles et affectives qui lui sont liées.

Beaucoup de gens disent que l'argent ne les intéresse pas. Mais c'est un mensonge cruel. L'argent intéresse tout le monde. Sinon, arrêtez de travailler !

Tant que vous n'attacherez pas de l'importance à l'argent, vous aurez toujours des frustrations par rapport à l'argent. L'argent doit être considéré comme un outil pour atteindre vos objectifs, il a sa place comme tout outil utile dans l'atteinte de vos objectifs. C'est ce que vous voulez, n'est-ce pas ?

Vous n'avez peut-être pas l'ambition de devenir millionnaire. Néanmoins, j'ai la ferme conviction que vous avez besoin d'assez d'argent pour ne plus avoir à vous en inquiéter.

Si c'est le cas, alors vous n'avez pas d'autre choix que de vous intéresser pleinement à votre liberté financière.

Ne faites pas l'erreur que commettent la plupart des gens en pensant qu'un jour, par miracle ou par enchantement, vous gagnerez le gros lot et que vous n'aurez plus de problèmes financiers ou qu'une simple augmentation de salaire ou un nouvel emploi suffira pour vous rendre libre financièrement.

Les choses ne fonctionnent pas comme ça. La liberté ou l'indépendance financière n'est pas un événement. Ça n'arrive pas brusquement mais ça se prépare.

Si vous avez besoin aujourd'hui de meilleures finances alors décidez pleinement de contrôler vos finances.

Acceptez que si vous n'avez pas actuellement les finances de vos rêves, c'est parce que vous avez failli quelque part. Puis, décidez fermement de changer les choses. Décidez de prendre votre destinée financière en mains.

Heureusement, devenir riche s'apprend. Ça ne s'apprend pas à l'école mais vous pouvez l'apprendre, à travers des livres et des formations, auprès de personnes qui sont déjà devenues riches et qui ont traversé les mêmes frustrations que vous.

Il y a des secrets pour devenir riche et si vous suivez ces secrets, vous allez nécessairement devenir riche. La seule condition est de les connaître et les appliquer.





*Le seul charme du passé, c'est
qu'il est le passé.*

OSCAR WILDE

Clé 8 : le passé

Le passé est passé et il n'y a rien que vous ne puissiez faire pour le ramener. Cessez donc promptement de vous en faire pour les événements de votre passé. Vous sentir coupable pour vos erreurs passées ne vous apportera AUCUN bonheur mais seulement de la tristesse, de l'amertume, de la douleur, de la colère, de la culpabilité, ou de la honte et des frustrations.

Pour augmenter votre envie de changer, revisitez votre passé en vous rappelant vos moments de plaisirs magiques. Les yeux fermés, revoyez dans votre esprit et ressentez dans votre corps les plus beaux moments de votre vie.

Souvenez-vous du sentiment de satisfaction que vous avez éprouvé après avoir obtenu votre diplôme ou une promotion. Rappelez-vous votre premier baiser et faites jouer dans votre tête la chanson qui se jouait à ce moment précis.

Remémorez-vous les moments magiques d'un coucher de soleil ou de la brise légère sur votre visage, les bonheurs simples, qui vous ont empli de joie et de bonheur.

Souvenez-vous les challenges ou compétitions que vous avez gagnés, les bons moments passés avec vos amis et surtout les fous rires que vous avez eus ensemble.

Ces souvenirs vous aideront à vous sentir heureux, ne serait-ce que pour quelques instants. Il s'agit toutefois d'un bonheur éphémère, car vous ne pouvez quand même pas passer votre vie à vivre dans le passé !

Cessez de penser au passé familier qui donnera un futur prévisible !





*Tu es toujours libre de
changer d'idée et de choisir
un avenir différent, ou un
passé différent.*

RICHARD BACH

Clé 9 : le futur

Le bonheur est une habitude à cultiver. Vous éprouverez un sentiment d'expectative quand vous anticiperez la réalisation d'un plaisir, d'un but ou d'un projet qui vous tient à cœur.

En effet, l'espoir et l'optimisme provoquent chez l'humain un merveilleux sentiment de bonheur. Je crois sincèrement à l'importance de visualiser régulièrement des images de ce que vous désirez avoir, faire et être dans le futur. Il y a vraiment quelque chose de magique dans le fait d'anticiper un plaisir, un but ou un projet qui vous tient à cœur. Et en même temps, vous devez apprendre à lâcher prise et ne pas vivre de souhaits ou de rêver votre vie.

Le seul problème avec l'accomplissement de vos rêves futurs est que le sentiment de bonheur que vous éprouverez ne sera que de très courte durée soit quelques minutes, quelques heures tout au plus. Car malheureusement, votre ego sera toujours impossible à rassasier. Comme un glouton, il est insatiable et il en voudra toujours plus.

Aussi vivez le moment présent.

Je crois, que vous rappeler de doux souvenirs et anticiper avec joie votre futur contribuera très certainement à votre bonheur, mais rien ne contribue davantage au bonheur que de vivre le moment présent.

Vivre dans le moment présent veut dire faire abstraction du passé et du futur. Vivre le moment présent veut dire ne pas vous préoccuper de vos erreurs passées ou de ce que vous allez faire plus tard dans la journée, demain, la semaine prochaine ou l'année prochaine.

Vivre le moment présent veut dire prendre du plaisir ici et maintenant.

Vivre le moment présent veut dire faire abstraction de toutes les conversations qui encombrant votre esprit.

Vivre le moment présent veut dire vous émerveiller et vivre en état de gratitude par rapport à la joie que vous avez d'être vivant et en bonne santé, par rapport à toutes les relations harmonieuses que vous entretenez avec les gens qui vous sont proches ainsi que par rapport à votre travail qui vous apporte un sentiment de satisfaction et qui vous procure une certaine liberté et sécurité financière à vous et votre famille. Et par votre vibration et votre passage à l'action, les choses changeront, et vous changerez.

Vivre le moment présent veut dire prendre plaisir à donner et recevoir un câlin de l'être aimé ou tout simplement de l'embrasser et de lui faire l'amour.

Ne croyez-vous pas que le bonheur se trouve dans le moment présent ?

Conclusion

En conclusion, les 9 clés que vous venez de découvrir peuvent opérer de grands changements de votre vie.

Maintenant, si vous voulez aller plus loin et obtenir des résultats beaucoup plus rapidement, j'ai conçu une méthode complète qui vous prend par la main et vous guide pas à pas pour opérer des changements véritables et durables dans votre vie.

Il s'agit de la méthode de la Fée du changement, pour rêver et vivre si vie autrement, atteindre ses objectifs.

Vous retrouvez pour enfin vivre la vie que vous souhaitez.

Si vous suivez et appliquez cette méthode, vous pourrez également obtenir des résultats étonnants.

Vous y découvrirez, entre autres :

La preuve flagrante que vous pouvez changer votre vie du tout au tout... et l'histoire de 6 personnalités à succès (que vous connaissez probablement) qui avaient toutes les chances d'échouer.

Le principe qu'il vous faut suivre aujourd'hui pour prendre le plein contrôle de votre vie. Pourquoi les gens n'ont pas ce qu'ils veulent dans la vie. Et les 9 clés pour créer le plan de votre vie.

Comment vous libérer de vos causes émotionnelles aliénantes grâce à l'EFT... Sans cette méthode, ma vie n'aurait jamais été la même.

Ce que vous devez savoir sur le lâcher-prise et l'autorisation, sur le bonheur. Une fois que vous le saurez, vous verrez ces éléments d'une autre manière.

Comment vous libérer de vos peurs une fois pour toutes ?

La clé magique qu'il vous faudra respecter à tout prix pour changer votre vie.

Et énormément plus...



A propos de l'auteur

Fondatrice des méthodes Love Training, ACE (affirmation, confiance et estime de soi), et AGIS (approche globalholistique intégrative et spirituelle), Liliane Clavel Pardo est thérapeute en psychologie énergétique. Elle est maître praticienne EFT clinique mais aussi AIT, TFT, formée à la PNL (Programmation Neuro Linguistique), L'AT (Analyse Transactionnelle) et la Systémique, et encore quelques autres outils. Elle a un cabinet dans le onzième à Paris, où elle accompagne un public qui a souvent des lourdes difficultés dans leur quotidien (maladies auto-immunes, maladie de Lyme, cancer, fibromyalgie, endométriose, ...) et les personnes à la recherche de l'âme sœur t qui veulent travailler sur elles, car elles se rendent bien compte que quelque chose ne va pas. Elle dit : « Je soigne l'esprit pour guérir le corps ! »



<https://www.hypnose-eft-paris.fr/qui-suis-je/>

Certifications et formations

- Maître Praticien EFT selon Jean Michel Gurret, IFPEC
- Matrix reeimprinting selon Karl Dawson, avec Marion Blique
- TFT - Thought Field Therapy, (thérapie du champ mental) – Joanne Callahan - - TFT Advanced Practitioner - Optimal Health - Je suis la seule représentante à pouvoir enseigner la TFT dans les pays francophones.
- AIT - Advanced Integrative Therapy Practitioner - Asha Clinton Advanced Integrative Therapy Institute
- Maître Praticien en hypnose ericksonienne et et hypnose directe, conversationnelle, neuro-hypnose, spirituelle, selon Psynase
- Access Bars - Gary Douglas
- Maître praticien PNL, selon MDH-EFC
- Médiation singulière, selon la méthodologie de Dominique Lecoq, CNAM
- Coaching de résolution, selon Olivier Devillard, IFOD
- Systémique et thérapies brèves selon François Balta
- Conseiller Certifié Talentoday, plateforme de test de personnalité
- Master II en sciences de gestion, management, spécialité : Conseil en Organisation et Conduite du Changement, Institut International de Management
- Diplôme de l'Institut Technique de Banque, ITB, + ITM, CFPB. Master II en mathématiques financières, CFPB
- Master II en sciences et techniques de l'exposition, Sorbonne
- Master en Psychologie énergétique, IFPEC, ACEP
- Doctorat Histoire de l'art, expressionnisme, créativité et expression émotionnelle et interdiction politique, Sorbonne
- Pour les besoins de ma méthode holistique et intégrée d'accompagnement, je me suis formée sur des sujets comme la micronutrition, la naturothérapie, la phytothérapie, l'aromathérapie, et l'Épigénétique.

Elle est membre de l'association **I'ACEP (Association for Comprehensive Energy Psychology)**
et de **L'IFPEC (Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique)**

Prendre rendez-vous

