

BOC - Les fondements de la gestion de la  
réalité

Livre 1

---

**Destinée**

---

Ing. Klaus Schlender

2026

Basé sur le cours russe *“BOC : Les fondements de la gestion de la réalité”*  
par Nadezhda Solnechnaya

<https://solnechnaya.zenclass.ru>

*Notes personnelles du cours recueillies et élaborées par Ing. Klaus  
Schlender*

<https://luckywaterflow.net>

© 2026 Ing. Klaus Schlender  
Tous droits réservés.

# QR codes et liens



## Site web

<https://luckywaterflow.net>



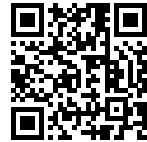
## Cours

<https://luckywaterflow.net/courses>



## Instagram

<https://luckywaterflow.net/instagram>



## YouTube

<https://luckywaterflow.net/youtube>



## TikTok

<https://luckywaterflow.net/tiktok>

*Scannez les QR codes pour plus d'informations, de cours et de vidéos.*



# Contents

<b>1</b>	<b>Destinée</b>	<b>1</b>
1.1	Bienvenue et la question centrale . . . . .	1
1.2	Arrêtez de chercher à l'extérieur de vous-même	4
1.3	Le secret que peu de gens vous disent : vous êtes libre . . . . .	5
1.4	Il n'y a pas de forme incorrecte de réalisation de soi . . . . .	8
1.5	Quand quelque chose de nouveau s'allume en toi, ne le repousse pas . . . . .	9
1.6	Vous pouvez en choisir une ou essayer beau- coup de choses . . . . .	11
1.7	La programmation sociale et la pression du sys- tème . . . . .	12
1.8	Il y a toujours une troisième voie . . . . .	13
1.9	Supprimez la formule « je ne peux pas, parce que » . . . . .	14
1.10	Arrêtez de demander si un chemin est universelle- ment correct . . . . .	15

1.11	La réalité se réorganise autour du choix dirigé . . . . .	16
1.12	Le mythe du placebo . . . . .	17
1.13	La destinée est dynamique, pas statique . . . . .	17
1.14	Un mot rapide sur l'argent . . . . .	18
1.15	Devoir : analysez-vous . . . . .	19
1.16	Demandez à l'intérieur, pas à l'extérieur . . . . .	20
1.17	Conclusion . . . . .	20
1.18	Questions et réponses — Trouver sa direction quand rien ne s'allume . . . . .	21
1.19	Quand on ne sait pas ce qu'on veut . . . . .	23
1.20	Quand il n'y a pas de ressources intérieures et pas de motivation . . . . .	25
1.21	Quand rien ne s'allume vraiment . . . . .	27
1.22	Après avoir déconnecté les attachements, il ne reste plus rien . . . . .	28
1.23	Questions et réponses — Travail sur soi, inten- tion et blocages intérieurs . . . . .	32
1.24	Apprendre en cours de route . . . . .	32
1.25	Quand l'analyse ne fait remonter que quelques blocs . . . . .	34
1.26	La transformation de la pensée se fait dans les petites choses du quotidien . . . . .	35
1.27	Du penser en termes de limitation au penser en termes de possibilité . . . . .	37
1.28	Comment commencer à se mouvoir vers un but	40

---

1.29	Attendre la bonne situation ou agir . . . . .	41
1.30	Pourquoi la résistance grandit quand vous com- mencez quelque chose d'important . . . . .	44
1.31	Le syndrome du petit personne . . . . .	47
1.32	« Tu dois travailler pour la société jusqu'à la retraite » . . . . .	49
1.33	Qu'est-ce que la remise à zéro ? . . . . .	51
1.34	Les blocages, les conditionnements et les hameçons	53
1.35	Comment se débarrasser des blocages ? . . . . .	55
1.36	Les hautes ambitions sont-elles normales ? . . . .	56
1.37	Symboles de prospérité, talismans et objets do- mestiques . . . . .	57
1.38	J'ai identifié l'anxiété comme un blocage, quoi faire ensuite ? . . . . .	59
1.39	Questions et réponses — Travail créatif, rela- tions, intention et réalisation . . . . .	61
1.40	Briser un sceau intérieur . . . . .	61
1.41	Quand le travail créatif devient de la torture . . .	63
1.42	Les relations peuvent-elles faire partie de la réal- isation de soi ? . . . . .	66
1.43	Les contrats avec l'âme d'une autre personne . . .	68
1.44	Les limites personnelles comme console de la réalité . . . . .	69
1.45	La culpabilité et le sentiment de devoir envers les autres . . . . .	70

1.46 Les attachements et les enfants . . . . .	72
1.47 Le baptême et les sceaux sur les enfants . . . . .	74
1.48 Questions et réponses — Conclusion . . . . .	84

# Chapter 1

## Destinée

### 1.1 Bienvenue et la question centrale

Cette leçon porte sur la réalisation de soi, la destinée, la raison pour laquelle un être humain vient au monde, et ce que signifie réellement se réaliser dans la vie. Nous allons examiner une question qui préoccupe beaucoup de gens très profondément : existe-t-il vraiment une destinée fixe dans la vie, et si oui, comment y parvient-on ? Pourquoi naissons-nous ? Pourquoi avons-nous cette impulsion à nous trouver, à nous exprimer, à devenir quelque chose de plus que ce que nous sommes en ce moment ?

Cette leçon tout entière est consacrée à la question de la réalisation de soi.

Beaucoup d'idées circulent actuellement, surtout en ligne, qui affirment que tout est déjà décidé. On dit aux gens qu'ils sont venus ici avec une mission fixe, un rôle tout prêt, un chemin prédéterminé. On leur dit qu'ils sont déjà descendus dans cette

vie avec une mission précise, une façon précise de se réaliser, une forme spécifique qu'ils sont censés incarner.

À cause de cela, beaucoup de gens se mettent à chercher cette mission avec une intensité presque douloureuse. Ils consacrent beaucoup d'énergie à essayer de comprendre ce qu'ils sont « vraiment venus faire ici ». Ils ressentent que le point où ils se trouvent actuellement n'est pas le bon point. Leur travail n'est pas le bon. Leur occupation actuelle n'est pas la bonne. Leur arrangement de vie n'est pas le bon. Ils ressentent : « Non, ce n'est pas pour ça que je suis venu ici. Ce n'est pas ma destinée. » Alors la recherche commence.

Ils se posent la question : Quelle est ma destinée ? Pourquoi suis-je venu ici ? Suis-je en train de faire ce que je suis censé faire ? Pourquoi suis-je venu dans cette vie ?

En général, les gens qui font vraiment ce qu'ils aiment, les gens qui travaillent avec cœur, avec âme, avec un engagement total, ne se tourmentent pas avec ces questions de la même manière. Le plus souvent, ces questions se posent chez des gens dont l'âme n'est tout simplement pas là où se trouve leur corps. Ils s'occupent de quelque chose à quoi leur âme ne répond pas. Ils y travaillent pour une raison quelconque, peut-être le salaire est bon, peut-être ils ne savent pas où aller d'autre, peut-être que c'était l'emploi le plus accessible, peut-être que des proches l'ont arrangé pour eux. Parfois, c'est simplement l'endroit où l'on gagne de l'argent, l'endroit où l'on passe du temps, l'endroit où l'on endure sa vie.

Il y a aussi beaucoup de femmes, par exemple, qui sont en congé de maternité et qui ressentent clairement qu'elles ne sont pas à leur place. Elles veulent plus. Elles veulent se réaliser davantage. Elles veulent trouver ce qu'elles aimeraient

vraiment faire dans cette vie, mais elles ne comprennent pas comment le trouver, où chercher, ni même ce que c'est.

Si vous posez la question directement à beaucoup de gens, ils disent quelque chose comme : « Je ne veux pas être au point où je suis maintenant. Ce point n'est pas ma zone de confort. C'est désagréable pour moi d'être ici. » Mais si vous demandez ensuite : « Qu'est-ce que vous aimeriez faire ? » ils ne savent souvent pas. Ils ne connaissent que l'endroit où ils ne veulent pas être. Ils ne connaissent pas encore l'endroit où ils veulent être. Ils disent : « Je veux trouver l'endroit où je me sentirai bien. » Mais ils ne peuvent pas le nommer.

En même temps, beaucoup d'enseignements leur disent qu'un tel endroit existe déjà, qu'il a déjà été assigné, qu'il est prédéterminé, et qu'il suffit de le découvrir. On leur dit : « Ta destinée, c'est la médecine, » ou « Ta destinée, c'est l'informatique, » ou « Ta destinée, c'est de faire de la broderie au point de croix. » L'idée est qu'une fois qu'on a trouvé cette réponse magique, le bonheur commence automatiquement. La personne commence à s'orienter autour de cette réponse. Pourtant, à l'intérieur, elle ne sait toujours pas si elle le veut vraiment.

C'est un point très important. Quand une personne veut que quelqu'un d'autre décide où se trouve sa destinée, ou qu'on lui dise quelle est sa destinée, ou qu'on lui confirme qui elle devrait devenir, c'est encore une recherche à l'extérieur de soi. Ce n'est pas seulement une recherche de destinée à l'extérieur. C'est aussi l'idée que quelqu'un d'autre sait mieux qui je devrais être.

Preview version, page hidden.  
(original page 12)

Preview version, page hidden.  
(original page 13)

Quel est le but d'un être humain, d'une âme, qui se réalise dans la vie ?

Le but est que nous venons ici pour développer notre potentiel. Notre potentiel est une énergie intérieure. C'est ce que les gens remarquent parfois même chez un enfant. Ils disent qu'un enfant a un potentiel créatif, ou un talent pour le dessin, ou une oreille pour la musique, ou une inclinaison pour quelque chose. Tout cela indique qu'il y a des capacités cachées déjà présentes en nous. On pourrait dire que beaucoup de ces talents de base viennent au monde avec l'âme, peut-être comme des développements portés d'avant. Un enfant peut déjà venir avec certaines tendances, certaines forces, certaines inclinaisons.

Mais le fait que quelque chose soit déjà présent ne signifie pas que seule cette chose-là peut être développée.

Oui, il peut y avoir des côtés forts et des côtés faibles. Oui, il peut y avoir des talents déjà établis. Oui, il peut y avoir des compétences de base qui viennent plus facilement. Mais personne n'a dit que nous ne pouvions pas développer des compétences de base entièrement nouvelles pendant que nous sommes ici. Personne n'a dit que nous ne pouvions pas acquérir ce que nous n'avions pas encore.

C'est très important.

Parce que si nous venons ici pour réaliser notre potentiel, et que le potentiel est une énergie, alors cette énergie peut prendre de nombreuses formes.

Elle peut devenir une profession. Une création. Un soin. Une entreprise. Un art. Un service. Une maîtrise. Une joie. Et bien d'autres choses encore.

Preview version, page hidden.  
(original page 15)

Preview version, page hidden.  
(original page 16)

## **1.5 Quand quelque chose de nouveau s'allume en toi, ne le repousse pas**

Il y a aussi le moment où vous avez fait un certain choix, où vous êtes arrivé à un certain palier, où vous ressentiez l'extase, où tout allait merveilleusement. Vous vous dites : c'est ça, c'est génial. Il vous semble avoir trouvé votre destinée. Et puis, au bout d'un certain temps, vous comprenez que cette vague est retombée, et vous ne voulez plus faire ça. Oui, hier encore j'étais sur cette vague. Oui, hier encore je voulais faire ça. Tout était super, tout était génial. Mais aujourd'hui, je sens que quelque chose a changé. Ce n'est plus mon chemin. Je veux faire autre chose, et c'est tout.

Et beaucoup de gens commencent à vous dire : « Mais non, c'est ta destinée, continue à faire ceci ou cela. » Vous devez comprendre que vous pouvez changer d'avis à tout moment.

Mais ne confondez pas cela avec les périodes de baisse. Il arrive que nous soyons sur notre vague, et que nous ayons des périodes de montée comme de descente, des périodes où l'on a envie de tout laisser tomber, ce qu'on appelle une chute. Et dans ces périodes, parfois il faut simplement les traverser et remonter ensuite. Cela arrive souvent. Et effectivement continuer la phase de réalisation de soi dans sa vie et ce qui est à moi. Et ne pas abandonner. Oui, selon la situation, ne pas couper les ponts brutalement, comme je l'ai déjà dit plus tôt. Tout dépend de la personne et de la situation concrète.

Mais ne vous arrêtez jamais et ne vous dites jamais : « Cette flaque, elle me est déjà familière, et je ne vais pas essayer d'aller ailleurs, d'essayer de me réaliser, d'essayer autre chose, parce

Preview version, page hidden.  
(original page 18)

Preview version, page hidden.  
(original page 19)

retombée, que je ne veux plus, eh bien, ne vous forcez pas à continuer à faire ce que vous ne voulez pas faire simplement parce que vous l'avez commencé. Ce n'est pas la peine. Si la vague est retombée, il vaut mieux la refermer gentiment, de sorte qu'elle ne vous crée pas de problèmes ni de difficultés, et trouver autre chose.

Ne coupez pas les ponts brutalement. Fermez doucement ce qui ne vous porte plus. Ne détruisez pas ce que vous avez construit. Simplement, continuez à chercher.

Et ici, bien sûr, la question se pose : comment chercher ? Comment chercher sa destinée ? Comment chercher sa réalisation de soi ? Je répondrai à cela. D'abord, chercher n'est pas aller à l'extérieur. C'est chercher à l'intérieur de soi. C'est une direction importante. La réponse ne viendra pas de l'extérieur.

## **1.7 La programmation sociale et la pression du système**

La deuxième chose à comprendre est la programmation sociale.

La programmation est très forte. Il y a la programmation des parents, il y a la programmation de la société, il y a la programmation de l'école, il y a la programmation de la télévision, il y a la programmation de l'environnement dans lequel nous avons grandi, de l'environnement dans lequel nous vivons actuellement. Toutes ces programmations sont très fortes, et elles nous poussent constamment à faire ce que nous « devons » faire, et pas ce que nous voulons faire.

Il y a un tel mécanisme : on a souvent entendu, surtout dans

Preview version, page hidden.  
(original page 21)

Preview version, page hidden.  
(original page 22)

Toutes ces formules ferment la porte. Et la porte doit être ouverte.

Quand vous dites « je ne peux pas, parce que », vous vous fermez vous-même la porte à la réalisation de vous-même. Vous ne la laissez pas entrer. Vous ne la laissez pas se manifester. Vous ne la laissez pas se réaliser.

Chaque fois que vous dites « je ne peux pas, parce que », demandez-vous : est-ce vraiment que je ne peux pas, ou est-ce que je ne veux pas faire l'effort ? Est-ce vraiment impossible, ou est-ce que je n'ai pas encore cherché la troisième voie ? Est-ce vraiment que les circonstances ne le permettent pas, ou est-ce que je n'ai pas encore regardé au-delà des circonstances ?

Parce que la réalité est que si vous voulez vraiment quelque chose, vous trouverez le chemin. Et si vous ne voulez pas vraiment, vous trouverez une excuse.

C'est une vérité très simple, mais très importante.

## **1.10 Arrêtez de demander si un chemin est universellement correct**

Le dernier point, avant la question-réponse : arrêtez de demander si un chemin est universellement correct.

Il n'y a pas de chemin universellement correct. Il n'y a que votre chemin. Celui que vous choisissez. Celui que vous voulez. Celui qui vous apporte la joie. Celui qui vous apporte l'extase. Celui qui vous fait sentir que vous êtes à votre place.

Ne demandez pas : est-ce que c'est correct de faire ceci ? De-

Preview version, page hidden.  
(original page 24)

Preview version, page hidden.  
(original page 25)

destinée à quarante ans. Ce qui vous a transporté hier peut ne plus vous transporter aujourd'hui. Et c'est normal. Ce n'est pas un échec. C'est le mouvement naturel de la vie.

Ne vous accrochez pas à une destinée qui n'est plus la vôtre simplement parce qu'elle l'était autrefois. Ne vous empêchez pas d'évoluer simplement parce que vous avez peur du changement.

La destinée est une direction, pas une destination. C'est un mouvement, pas un point fixe. C'est ce que vous ressentez maintenant, pas ce que vous ressentiez il y a dix ans.

## **1.14 Un mot rapide sur l'argent**

Un mot rapide sur l'argent, parce que la question vient souvent.

L'argent n'est pas séparé de la destinée. L'argent est un outil. C'est un des instruments que la réalité met à votre disposition pour que vous puissiez vous réaliser. L'argent est une énergie, tout comme votre potentiel est une énergie. Et l'argent coule vers ceux qui se réalisent. Pas parce qu'ils le chassent, mais parce qu'ils sont dans leur flux.

Quand vous êtes dans votre flux, quand vous faites ce qui vous transporte, l'argent vient naturellement. Pas toujours immédiatement. Pas toujours sans effort. Mais il vient, parce que la réalité soutient celui qui se réalise. Pas celui qui chasse l'argent. Celui qui se réalise.

Ne faites pas de l'argent le but. Faites de l'argent un des instruments que vous utilisez pour vous réaliser. Et quand

Preview version, page hidden.  
(original page 27)

Preview version, page hidden.  
(original page 28)

réalisation du potentiel. Pour chaque âme, ce qu'elle veut est le bon chemin.

Quatrièmement, tout changement de direction est possible à tout moment. Ne vous accrochez pas à ce qui ne vous porte plus.

Cinquièmement, la programmation sociale est forte, mais elle peut être vue et comprise. Une fois vue, elle perd son pouvoir sur vous.

Et sixièmement, la réalité se réorganise autour de votre choix dirigé. Faites un choix clair, et la réalité vous soutiendra.

C'est la première leçon. La suivante sera une séance de questions-réponses, où ces thèmes seront approfondis.

## **1.18 Questions et réponses — Trouver sa direction quand rien ne s'allume**

Les participants ont posé de nombreuses questions pertinentes à la suite de la première leçon. Les réponses ci-dessous clarifient, approfondissent et élargissent les points abordés précédemment.

La première, c'est la compréhension que vous êtes libre et que vous avez des milliards de chemins pour votre réalisation. C'est une conclusion très importante qui lève de nombreuses limitations que vous vous êtes vous-mêmes imposées dans votre esprit. Il n'y aura pas de barrages, tous les chemins seront ouverts.

Ensuite, c'est que chacun doit chercher sa réalisation non pas à l'extérieur, mais en soi, et que vous êtes absolument libre

Preview version, page hidden.  
(original page 30)

Preview version, page hidden.  
(original page 31)

Je vois ici une pensée-forme non tout à fait formulée, une pensée-forme du point d'arrivée vers lequel tu veux te diriger. C'est ce fameux point B — et d'ailleurs, dans la deuxième leçon nous parlerons du point A et du point B, de l'intention, où nous verrons précisément qu'il faut lancer l'intention pour trouver ce que je veux faire.

Tu dis : « je veux vouloir », c'est-à-dire je ne veux pas quelque chose de concret, mais je veux vouloir. Le sens, c'est que tu dois représenter de façon concrète et précise ce point B vers lequel tu veux te diriger. Il ne s'agit pas de dire « je veux faire du patin à glisses » — tu dois choisir : « je veux trouver ma destination. » C'est-à-dire : je veux trouver quelque chose, et à ce quelque chose nous donnons des paramètres concrets. Je m'occupe de quelque chose, j'en tire du plaisir, j'en tire une véritable extase, je suis assis et je m'en occupe, peu importe quoi. Tu ne donnes pas un paramètre concret comme « je tricote au crochet » ou autre chose, tu donnes l'état de ressenti de toi-même dans le moment où tu veux te trouver. C'est-à-dire : je veux trouver une activité dans laquelle je serais dans un état déterminé. Et cet état, tu dois le dessiner clairement. Précisément l'état dans lequel tu veux te trouver en faisant quelque chose — ce sera ton point B concret. Ce sera ton « je veux vouloir », c'est-à-dire non pas « je veux vouloir », mais « je veux cet état ».

C'est cela, l'intention que nous lançons. Même si nous disons que l'intention ne doit pas avoir des limites trop précises, des cadres trop rigides, jusqu'aux petites fleurs sur les rideaux, que tout soit prévu dans les moindres détails, nous disons quand même que l'intention doit avoir des caractéristiques de base. Pas simplement « je veux vouloir quelque chose, je ne sais pas quoi », mais « je veux précisément cet état dans lequel je serai

Preview version, page hidden.  
(original page 33)

Preview version, page hidden.  
(original page 34)

d'espace. Cela, je le fais entrer dans ma vie.

Une fois ce choix fait, la réalité commence à se restructurer autour de lui. Il y a un passage de l'absence de direction à la présence d'une direction. Après cela, le mouvement peut commencer à se déployer. Ensuite, la question est de savoir si vous gardez les yeux fixés sur la direction choisie ou si vous vous en écarterez par la peur, le doute et l'ancienne inertie.

Si votre regard reste fixé sur le but, les obstacles commencent à perdre leur pouvoir parce que votre réalité cesse de s'organiser autour d'eux.

C'est pourquoi attendre passivement la motivation peut devenir un piège. Beaucoup de gens pensent qu'ils doivent d'abord se sentir inspirés et ensuite seulement faire un choix. Très souvent, c'est l'inverse. D'abord vous faites le choix. Ensuite votre système intérieur commence à se rassembler autour de cette direction. Ensuite l'étincelle a un endroit où revenir.

## 1.21 Quand rien ne s'allume vraiment

**Q :** J'ai déjà essayé beaucoup de choses, mais rien ne m'allume vraiment. Je ne tire de plaisir d'aucune de ces choses. Je n'ai même pas vraiment envie de faire quoi que ce soit. Pourquoi est-ce que cela se passe comme ça ?

Cette question réunit les deux précédentes. D'abord, choisissez contre l'état dans lequel vous êtes maintenant. Si vous vivez dans un état où rien ne vous allume, dites clairement : « Je ne veux pas rester dans cet état. »

Ensuite, n'exigez pas de vous-même une profession exacte si

Preview version, page hidden.  
(original page 36)

Preview version, page hidden.  
(original page 37)

page vierge. Rien d'avant n'était moi. » Cela peut faire partie de la purification. Mais ensuite vient l'analyse. Alors, grain par grain, vous commencez à voir : cette partie était mienne, cette partie ne l'était pas, cette partie portait un vrai plaisir, cette partie était de la pression, cette partie était de l'imitation, cette partie était un contact vivant avec moi-même.

Ne supposez donc pas que tout ancien centre d'intérêt était faux simplement parce que des attachements étaient présents dans votre vie à ce moment-là. Même le long de chemins déformés, vous avez pu acquérir de l'expérience réelle, de la joie réelle, des capacités réelles et de vrais signaux sur ce qui compte pour vous.

Il y a un autre point important ici. Parfois, après ce type de nettoyage, une personne commence à ressentir quelque chose de très fin, encore à peine formé, presque comme un signal lointain. Elle ne sait pas encore ce que c'est, et elle ne peut pas le nommer. Mais quelque part à l'intérieur, il y a déjà un sentiment qu'il y a un but plus profond, une direction de l'âme, une raison pour laquelle elle est venue ici.

Au début, cela peut ne pas du tout s'intégrer dans l'esprit. L'esprit veut un titre de poste, une étiquette, une carte. Mais le ressenti vient en premier. Il peut être minuscule, subtil, presque transparent, mais il est là.

Ce faible ressenti peut être traité comme un phare.

Vous n'avez pas besoin de définir la route entière tout de suite. Vous reconnaissez simplement qu'il y a un signal devant et vous dites : « Quelque part là-bas, il y a quelque chose que mon âme est venue réaliser dans cette vie. Je ne vois peut-être pas encore la forme complète, mais je ressens la direction. Je

Preview version, page hidden.  
(original page 39)

Preview version, page hidden.  
(original page 40)

je sais le faire, et après-demain je suis déjà un professionnel. »

La mémoire peut s'entraîner, les capacités peuvent s'acquérir, vous comprenez ?

Nous ne naissons pas parfaits, nous apprenons, nous apprenons d'abord et avant tout dans le processus. Donc n'ayez jamais peur d'être quelqu'un et de dire que vous n'avez pas assez de ceci ou de cela pour...

Il y a des gens qui ne savent pas chanter, mais qui y vont et chantent, et développent leur voix, même s'ils n'ont pas de talent au départ, même si on dit qu'ils n'ont pas été doués, que ce n'est pas donné, un ours leur aurait marché sur l'oreille. Le talent se développe. Et les gens qui, par exemple, chantent vraiment — je ne sais pas s'il y en a ici — mais je peux dire par mon expérience, que le talent seul ne suffit pas. Si tu as des talents, des compétences, le fait de chanter joliment, il te faudra encore tellement de leçons, tellement de choses à développer pour chanter professionnellement.

Et les gens qui venaient vraiment sans savoir chanter, à qui on disait : « Tu n'as pas de talent, un ours t'a marché sur l'oreille, on ne te prendra pas. » La fille ne s'est pas trop dérangée, elle est allée dans un chœur folklorique russe, a chanté là un an ou deux — ils prenaient tout le monde — puis elle est revenue dans notre chœur, et on l'a prise en disant : « Tu chantes super bien. » Alors qu'au départ on lui avait dit : « Au revoir, tu n'y arriveras pas, tu ne pourras pas. »

Non, il n'y a rien avec quoi on ne puisse pas travailler. Il n'y a rien qu'on ne puisse pas acquérir.

Beethoven non plus ne savait pas jouer du piano à la naissance, mais il a appris, et il ne connaissait même pas les notes, il a tout

Preview version, page hidden.  
(original page 42)

Preview version, page hidden.  
(original page 43)

Le plus souvent, ce sont de petites remarques intérieures : « Ce n'est pas pour moi. » « Les gens comme moi n'ont pas ce genre de chances. » « Rien ne peut être changé de toute façon. » « C'est juste comme ça que la vie est. » Parce qu'elles sont petites et répétitives, les gens arrêtent de les entendre. Pourtant, ce sont précisément ces pensées qui façonnent l'atmosphère intérieure dans laquelle une personne vit.

C'est pourquoi l'attention quotidienne est si importante. Vous n'attendez pas une seule révélation énorme et vous n'appellez pas cela de la croissance. Vous apprenez à remarquer ce qui est devenu routine en vous. Si une pensée vous semble déjà normale, cela ne veut pas dire qu'elle est saine. Cela peut simplement dire que vous la répétez depuis des années.

C'est pourquoi ce travail est d'abord et avant tout un travail sur soi. Personne ne changera cela pour vous. Personne ne le fera à votre place. Rien ne changera dans votre tête à moins que vous ne décidiez de travailler dessus vous-même. Même si le professeur est excellent, tout dépend encore de vous. Cela dépend de combien vous voulez vraiment travailler sur vous-même et combien vous voulez vraiment changer quelque chose dans votre vie.

C'est comme à l'école. Dans une classe ordinaire, il y a des bons élèves et des moins bons. La question est simple. Celui qui veut étudier, étudie. Celui qui ne veut pas, n'étudie pas. C'est la même chose ici. Celui qui veut travailler sur lui-même travaillera. Celui qui ne veut pas, continuera à remettre à plus tard.

Cette comparaison est importante parce que le même professeur peut se tenir devant trente élèves et obtenir trente résultats différents. La différence n'est pas seulement le professeur.

Preview version, page hidden.  
(original page 45)

Preview version, page hidden.  
(original page 46)

Les gens disent constamment : « Où est-ce que je vais trouver ce genre d'argent ? » Cette phrase est partout. « Qui suis-je ? Je ne suis qu'un petit personne. » C'est précisément cela qu'il faut retirer. Demandez plutôt : « Pourquoi serais-je pire que les autres ? » En vérité, vous ne l'êtes pas.

Le problème, c'est que beaucoup de gens se ferment la porte bien avant que la réalité leur ait répondu. Ils ne se heurtent pas à une porte réellement fermée. Ils ferment la porte de l'intérieur avec leurs propres attentes. Ils ne laissent pas la situation se déployer. Ils ne permettent pas aux solutions, aux rencontres, aux chemins de côté, au timing, au soutien, à la croissance d'apparaître. Ils concluent trop tôt qu'il n'y a pas de chemin.

Vous pouvez chercher des choses similaires en ligne, comparer les prix, étudier ce qui existe. Cette partie est correcte. Mais quand vous le faites, ne tombez pas dans la défaite au moment où vous voyez un nombre. Regardez sous l'angle de la capacité, pas de l'impuissance. Que la pensée soit : « Je peux. Cela peut entrer dans ma vie. »

Il est important que la recherche elle-même ne devienne pas de l'auto-torture. Faites des recherches dans le domaine, comparez, estimez, regardez autour, comprenez l'ampleur de ce que vous voulez, mais restez intérieurement ouvert. Ce qui compte, ce n'est pas seulement l'information extérieure, mais la position depuis laquelle vous la rencontrez.

Preview version, page hidden.  
(original page 48)

Preview version, page hidden.  
(original page 49)

de vouloir vivre à travers ce que vous aimez.

En même temps, cela ne veut pas dire que vous devez quitter votre emploi immédiatement. Cela ne veut pas dire que vous devez couper vos moyens de subsistance du jour au lendemain. Cela ne veut pas dire que vous devez tout abattre d'un geste brusque. Il n'est pas recommandé de quitter un emploi impulsivement et de tout casser pour prouver quelque chose.

L'intention ne fonctionne généralement pas comme ça. Elle n'exige pas d'extrêmes théâtraux. Elle construit la réalité. Elle crée le mouvement. Elle crée des vagues fortes qui peuvent vous porter rapidement, mais ces vagues sont fluides. Elles ne sont pas chaotiques. Une vague commence doucement et gagne en force à mesure qu'elle avance.

Donc si nous restons avec l'image du surfeur, quand vous attrapez la vague pour la première fois, elle n'est pas encore énorme. Elle se construit. Elle prend de l'élan. Plus près du rivage, elle devient plus forte et plus rapide. L'intention fonctionne de manière similaire. Au début, la transition peut être graduelle. Ensuite, le mouvement augmente. Ensuite, vous pouvez vous retrouver porté en avant avec une force surprenante.

Cette image est importante parce que les gens imaginent souvent que le vrai changement doit paraître dramatique au début. Mais une vague ne commence pas par vous jeter violemment à travers toute la mer. D'abord elle est subtile. Vous l'attrapez. Vous vous alignez avec elle. Vous vous tenez dedans. Ensuite elle gagne en force sous vous. Ce n'est que plus tard que la vitesse devient évidente.

C'est pourquoi il a souvent du sens de combiner les deux

Preview version, page hidden.  
(original page 51)

Preview version, page hidden.  
(original page 52)

peux même pas commencer. Pourquoi est-ce que cela se passe ?

Ce sont des signes très clairs de résistance du système. Quand quelque chose vous allume, quand une impulsion intérieure apparaît, quand vous voulez vraiment commencer quelque chose qui pourrait apporter une meilleure ligne de vie pour vous, la résistance commence souvent immédiatement.

Cela signifie que votre début est potentiellement bon pour vous. Cela signifie que cette activité peut vous mener vers une direction plus positive, une plus grande réalisation, ou une vie plus authentique. Naturellement, ce qui se nourrit de votre stagnation ne bénéficie pas de cela.

Alors que se passe-t-il ? Soudain, il y a des gens magiques avec des demandes urgentes. Soudain, il y a des problèmes magiques. Soudain, il y a des interruptions sans fin. Ou, si aucune interruption extérieure n'apparaît, alors la lourdeur apparaît à l'intérieur. La somnolence. La léthargie. L'évitement. N'importe quoi, pourvu que vous ne fassiez pas la chose qui compte.

Cela peut paraître presque absurde de l'extérieur. Au moment où vous décidez de vous asseoir pour étudier, créer, pratiquer ou construire quelque chose d'important, quelque chose commence à appeler, à exiger, à distraire ou à presser. Et si personne n'apparaît, alors un état apparaît. Vous vous sentez soudainement trop fatigué, trop dans le brouillard, trop endormi, trop dispersé. C'est comme si tout l'espace commençait à négocier avec vous pour que vous vous remettiez encore à plus tard.

C'est pourquoi vous avez besoin de reconnaître de tels mo-

Preview version, page hidden.  
(original page 54)

Preview version, page hidden.  
(original page 55)

que je rassemble vraiment ce dont j'ai besoin, ou est-ce que je me cache dans la préparation ? Il y a un point où plus d'information arrête d'aider et commence à servir l'évitement.

Une autre version est que l'agitation constante ne cesse de vous tirer ailleurs. Il y a toujours cette tâche, puis cette tâche, puis une cinquième et une dixième chose, et le jour disparaît dans une chaîne sans fin de petites obligations. Vous ne trouvez même pas cinq ou dix minutes pour vous parce que la vie ne cesse de vous pousser dans la roue de la nécessité quotidienne.

Dans ce deuxième cas, c'est très certainement la résistance du système. Le message est : « Fais ce que tu veux, tant que tu ne t'assois pas et que tu ne fais pas ce qui compte vraiment. » Lave la vaisselle, lave les sols, fais les corvées, réponds aux demandes, remets-toi encore et encore à plus tard. Le but est le même : vous empêcher votre propre processus.

C'est pourquoi il est utile de distinguer entre la responsabilité réelle et la dispersion compulsive. Une chose est véritablement nécessaire. Une autre chose est la multiplication sans fin des petites urgences qui ne laissent pas de place à ce qui est central.

Ce n'est pas principalement une faible volonté. C'est de la résistance. C'est une pression conçue pour vous maintenir en rotation.

Le syndrome du petit personne apparaît plus fortement quand la pensée est : « Je ne suis pas prêt. Je n'en sais pas assez. Je n'y arriverai probablement pas. Cela n'est peut-être pas disponible pour quelqu'un comme moi. » C'est de la peur. C'est le rapetissement intérieur qui dit que les autres peuvent faire de grandes choses, mais que moi, probablement pas.

Cela aussi doit être retiré.

Preview version, page hidden.  
(original page 57)

Preview version, page hidden.  
(original page 58)

la vivre. »

Et ce changement n'est pas de l'égoïsme au sens brut. C'est la reconnaissance de l'appartenance. Si vous ne reconnaissez pas que votre vie est à vous, alors n'importe quel programme extérieur peut la revendiquer.

### 1.33 Qu'est-ce que la remise à zéro ?

**Q :** Expliquez ce que signifie « remise à zéro ».

La remise à zéro signifie s'arrêter et dire : « Stop. Maintenant, je suis ici. » C'est une pause délibérée dans laquelle vous arrêtez de laisser toutes vos anciennes suppositions tourner automatiquement.

Cela ne veut pas dire effacer complètement votre passé ou faire semblant que rien ne s'est jamais passé. Cela veut dire mettre tout cela de côté pour un moment afin de pouvoir l'examiner. Vous regardez les croyances que vous avez collectionnées au fil des années, les idées que vous avez prises, les rôles dans lesquels vous avez vécu, les choses qu'on vous a dites sur l'argent, le succès, l'obligation, la destinée, la valeur, et le genre de personne que vous êtes supposément.

Au cours d'une vie, les gens accumulent une grande quantité de matériel intérieur. Des systèmes de croyance. De la peur. Des idées empruntées. Des règles morales. De la programmation sociale. Des histoires sur ce qui est possible et impossible. Peut-être que la personne croit que seuls ceux qui sont nés dans des familles riches peuvent devenir riches. Peut-être qu'elle croit qu'il faut être spécial ou choisi d'une manière rare pour devenir quelque chose de significatif. Peut-être qu'elle croit

Preview version, page hidden.  
(original page 60)

Preview version, page hidden.  
(original page 61)

commencé et arrêté. Regarde comme tu es inutile. » Si vous êtes d'accord encore une fois, vous tombez dans la négativité, le découragement, la dépression, la perte d'énergie.

C'est ainsi que l'énergie se vidange. L'hameçon est tiré, et la réaction émotionnelle crée la sortie.

C'est pourquoi toute pensée douloureuse ne devrait pas être décrite de la même façon. L'attachement est une chose. L'endroit où il vous attrape en est une autre. Si vous n'identifiez jamais l'hameçon, vous pouvez continuer à combattre la forme extérieure tout en portant encore l'ouverture intérieure qui la laisse entrer.

En termes pratiques, cela signifie que la connaissance de soi compte. Une personne doit savoir où elle est facilement provoquée, facilement honteuse, facilement rendue coupable, facilement rendue petite. Ce sont précisément les endroits where la manipulation devient la plus facile.

Les hameçons peuvent varier. Si l'un ne fonctionne plus, un autre peut être utilisé. Peut-être que l'ancienne accusation ne vous attrape plus. Très bien. Alors une autre apparaît : « Eh bien, peut-être que cela ne compte pas, mais regarde, tu n'as pas gagné de pension. Tu as passé ta vie sur des choses étranges et maintenant que vaux-tu ? » Si vous êtes d'accord, un nouvel hameçon est actif.

Donc ces blocages et systèmes de croyances ne sont pas toujours l'attachement lui-même. Très souvent, ce sont les hameçons par lesquels l'attachement vous attrape et vous manipule. Ce sont les fils par lesquels une personne peut être tirée dans une direction qui n'est pas la sienne.

C'est pourquoi la culpabilité, l'auto-accusation, la victimisation

Preview version, page hidden.  
(original page 63)

Preview version, page hidden.  
(original page 64)

créer quelque chose de puissant. Je peux me fixer un but élevé, » n'est pas mal. C'est une saine estimation de soi.

Ce qui est beaucoup plus dangereux, c'est la voix opposée, celle qui dit : « Qui te crois-tu être ? Pourquoi te fixes-tu des buts si élevés ? Assieds-toi et reste à ta place. » C'est le syndrome du petit personne. Il vous dit que la grandeur n'appartient qu'à quelqu'un de spécial, de choisi, de différent de vous.

N'ayez pas peur des buts élevés. Il vaut mieux se fixer un but élevé que de se rabaisser avant même d'avoir commencé.

En même temps, ne laissez pas les difficultés temporaires vous faire basculer de l'ambition à l'effondrement. Si quelque chose ne fonctionne pas immédiatement, ne glissez pas vers : « Eh bien, je ne suis pas spécial, pas choisi, pas capable. » Gardez l'image originale de votre but devant vous. Laissez-la rester visible.

C'est une discipline importante. Une personne peut se permettre un rêve élevé et rester quand même ancrée. Elle peut viser haut sans fantasme, et elle peut aussi supporter le stade imparfait du milieu sans se retourner contre elle-même. L'ambition élevée ne devient destructrice que lorsqu'elle est jointe soit à l'arrogance, soit à la haine de soi instantanée au moment où quelque chose tourne mal.

## **1.37 Symboles de prospérité, talismans et objets domestiques**

**Q** : En travaillant sur les conditionnements imposés et les blocages, j'ai réalisé que ma maison contient beaucoup d'objets

Preview version, page hidden.  
(original page 66)

Preview version, page hidden.  
(original page 67)

ment exactement voulez-vous réagir ? Quelle qualité doit remplacer l'anxiété ? Le calme ? La confiance ? La clarté ? La stabilité ? La confiance en votre propre capacité à agir ?

C'est ainsi que le travail procède. Étape par étape.

D'abord le blocage apparaît.

Ensuite vous le reconnaissez.

Ensuite vous clarifiez ce qui doit le remplacer.

Ensuite vous commencez à vivre à partir de la nouvelle orientation.

C'est souvent ainsi que l'intention fonctionne. Elle se déploie en couches. Une couche s'ouvre, puis une autre.

Parfois, quand une forte intention est lancée pour un changement majeur de vie, beaucoup de blocages commencent à apparaître. Une personne peut réaliser qu'elle veut vivre à un niveau différent, d'une façon différente, avec une qualité de vie différente. Puis un par un, les choses qui empêchent cette transition deviennent visibles.

Pourquoi ? Parce qu'avec l'ancienne pensée, le nouveau niveau reste impossible. L'ancienne perception ne peut pas soutenir la nouvelle vie. Donc la personne doit commencer à voir depuis un autre angle.

C'est pourquoi les blocages qui apparaissent ne doivent pas toujours être traités comme des échecs. Souvent, c'est la preuve que le processus avance. Ce qui était caché devient visible parce qu'il ne peut plus rester enterré si la personne veut vraiment changer.

C'est presque comme tourner un objet dans la main et réaliser soudain que la même chose paraît complètement différente

Preview version, page hidden.  
(original page 69)

Preview version, page hidden.  
(original page 70)

peut être fracassé et retiré.

## 1.41 Quand le travail créatif devient de la torture

**Q :** Pourquoi ai-je évité de faire le travail même que je veux pourtant faire, même quand j'avais le temps et l'opportunité ? J'aime le travail créatif. Je ressens une étincelle intérieure quand je le fais et les gens aiment le résultat. Mais quand il commence à devenir routinier, tout devient lourd, la qualité baisse, et je perds cœur. Maintenant, le travail ordinaire draine toutes mes forces, et je languis de retourner à ce que j'aime. J'ai l'impression de devoir constamment surmonter quelque chose. Si c'est vraiment à moi, pourquoi est-ce si difficile ?

**R :** Cet état est très familier. Il y a des moments où vous êtes dans le flux, vous aimez ce que vous faites, tout s'ouvre, et le travail vous donne de la joie. Vous vous sentez inspiré, vivant, porté. Mais au moment où la même activité se transforme en obligation, en pression, ou en routine rigide, le sentiment change complètement. Ce qui était créatif devient de la punition. Au lieu de donner naissance à quelque chose de vivant, vous commencez à extraire quelque chose de vous par la force. C'est une distinction très importante. Parfois, le problème n'est pas l'activité elle-même. Le problème est la façon dont vous essayez de la vivre.

Vous savez peut-être déjà ce que vous aimez. Vous savez peut-être déjà la direction générale qui est à vous. Mais la forme dans laquelle vous avez essayé de la réaliser n'était peut-être pas vraiment à vous. Une personne peut avoir raison sur la

Preview version, page hidden.  
(original page 72)

Preview version, page hidden.  
(original page 73)

légère, naturelle, pratique et épanouissante. Je veux réaliser cela sous une forme qui ne m'écrase pas. Je veux jouir du processus et du résultat. »

C'est la direction qui vaut la peine d'être explorée. Le problème n'est peut-être pas de savoir si cela vous appartient. Le problème est peut-être de savoir comment faire votre façon de le faire véritablement vôtre.

## **1.42 Les relations peuvent-elles faire partie de la réalisation de soi ?**

**Q :** La vie personnelle elle-même peut-elle être prise comme destinée ? Ma vie personnelle ne s'arrange pas bien, et je continue à ressentir que c'est peut-être là que mon âme veut se développer. Est-ce que je comprends bien ?

**R :** Si nous parlons avec précision, il aide de penser moins en termes de quelque « destinée » extérieure rigide et plus en termes de réalisation de soi. La réalisation de soi n'est pas limitée au travail, à la profession, ou à quelque grande mission publique. Elle inclut toute la façon dont vous vous réalisez dans cette vie.

Cela veut dire qu'elle inclut tout. Elle inclut le travail. Elle inclut les relations. Elle inclut la façon dont vous arrangez votre maison. Elle inclut ce que vous choisissez de vous entourer. Elle inclut le style, la beauté et l'atmosphère à travers lesquels vous vous exprimez dans la vie ordinaire.

Même les petites choses appartiennent ici. Si vous regardez votre maison et ressentez que les objets autour de vous ne vous

Preview version, page hidden.  
(original page 75)

Preview version, page hidden.  
(original page 76)

temps de vous reposer après un tel travail.

Si vous ressentez que le contrat ne se dissout pas complètement, répétez le processus. Parfois, les contrats ont des couches. Parfois, il y a des accords supplémentaires qui ne se dissolvent pas avec la première intention. Continuez jusqu'à ce que vous ressentiez que c'est fait.

## 1.44 Les limites personnelles comme console de la réalité

**Q :** J'aimerais en savoir plus sur les limites personnelles. Comment les établir correctement ?

**R :** Les limites personnelles sont un sujet très important. Elles sont comme une console à travers laquelle vous gérez votre réalité. Les limites personnelles déterminent ce qui entre dans votre champ et ce qui n'y entre pas. Ce qui est permis et ce qui ne l'est pas. Ce que vous acceptez et ce que vous refusez.

Établir des limites personnelles ne signifie pas devenir dur ou fermé. Cela signifie devenir clair. Clair sur ce qui est acceptable pour vous et ce qui ne l'est pas. Clair sur ce que vous permettez dans votre espace et ce que vous n'y permettez pas.

La formule de base pour établir des limites est : « On ne peut pas me faire ça. Vous ne pouvez pas me faire ça. »

Cette formule doit être dite avec conviction. Pas comme un vœu. Pas comme un espoir. Comme une déclaration de votre volonté. Telle est ma volonté.

Les limites personnelles fonctionnent comme des murs énergétiques. Quand vous les établissez clairement, avec conviction

Preview version, page hidden.  
(original page 78)

Preview version, page hidden.  
(original page 79)

famille. » « Mais tu leur dois ça. » « Mais ils ont fait tant pour toi. » Ces phrases sont conçues pour maintenir le hameçon en place. En les examinant honnêtement, vous trouverez souvent que l'obligation ressentie n'est pas basée sur un choix conscient que vous avez fait, mais sur une programmation que vous avez reçue.

La formule de dissolution fonctionne ici aussi. Dites : « Je rends la responsabilité à sa source. Je rends toute la responsabilité pour ce qui a été fait. »

Cela ne signifie pas que vous cessez d'aimer votre famille. Cela signifie que vous cessez de leur devoir votre vie.

## 1.46 Les attachements et les enfants

**Q** : Les enfants peuvent-ils avoir des attachements ?

**R** : Oui, les enfants peuvent avoir des attachements. Ils sont même plus vulnérables aux attachements que les adultes dans beaucoup de cas, parce que leurs limites personnelles ne sont pas encore formées. Le champ énergétique d'un enfant est plus ouvert, plus perméable. Les attachements peuvent s'accrocher plus facilement.

Quand un enfant est petit, il n'a pas encore appris à dire : « On ne peut pas me faire ça. » Ses limites ne sont pas encore établies. Donc tout ce qui est envoyé vers lui — peur, culpabilité, exigence, manipulation — peut pénétrer et s'installer.

C'est pourquoi il est très important de protéger les enfants. De leur apprendre tôt à établir leurs limites. De leur apprendre à dire non quand quelque chose ne leur convient pas. De ne pas

Preview version, page hidden.  
(original page 81)

Preview version, page hidden.  
(original page 82)

**Q :** Parfois, une remise à zéro aide et donne des forces fraîches. Mais parfois, une remise à zéro n'aide pas du tout, et on réalise : « Je ne veux plus continuer à vivre comme ça. Je veux que quelque chose change radicalement. Je veux une nouvelle vie, peut-être dans le même domaine, peut-être dans une nouvelle entreprise, mais quelque chose doit changer. » Que faire dans ce moment ?

**R :** Quand vous ressentez cette exigence de changement dans votre cœur, cela signifie que quelque chose doit vraiment changer. C'est exactement là que l'intention entre en jeu. Vous faites un choix. Vous dites clairement : cela, je veux l'enlever de ma vie, et cela, je veux le faire entrer. Vous arrêtez de tourner autour du problème et vous commencez à nommer la nouvelle réalité dans laquelle vous voulez vivre.

**Q :** Dans ma propre vie, j'ai vu beaucoup d'exemples de construction de réalité. J'ai utilisé cela pendant des décennies et vu les fruits. Mais ensuite, soudain, j'ai heurté un mur. Je me suis réveillé et j'ai appris l'existence de certains avenir très sombres pour notre monde. Vous en parlez à peine. Est-ce que vous le faites exprès pour que notre attention ne se fixe pas sur les scénarios négatifs ? Pouvons-nous encore continuer à rêver, projeter notre avenir, et construire notre réalité sous la forme dont nous voulons la voir ? J'écris cela avec des larmes aux yeux, bien que mon âme semble avoir déjà répondu.

**R :** Oui, j'évite de nourrir la peur exprès. Je le dis toujours : si quelqu'un vous attrape par la peur, la négativité, la panique, et la pression constante comme « tout va mal, tout s'effondre, ayez peur », alors quelque chose de sombre est assis là. Pourquoi ? Parce que l'obscurité veut une chose avant tout. Elle veut qu'une personne commence à construire des scénarios négatifs

Preview version, page hidden.  
(original page 84)

Preview version, page hidden.  
(original page 85)

histoires comme ça. Est-ce possible ?

**R :** Théoriquement, oui, beaucoup de choses sont possibles. Si certains processus sont lancés dans le corps, alors un certain ralentissement ou renversement du vieillissement peut être possible. Au minimum, nous pouvons maintenir le corps dans un ton différent pour qu'il ne vieillisse pas aussi brutalement.

En même temps, le corps physique a une certaine ressource. Elle n'est pas infinie. Cela devrait aussi être pris en compte. Je ne dirais donc pas que le corps peut simplement être rendu éternel sous sa forme actuelle. Cependant, il y a des gens à soixante ou soixante-dix ans qui paraissent beaucoup plus jeunes que leur âge. Ils ne nourrissent pas le processus de vieillissement de la même façon. Ils ne s'y identifient pas aussi fortement.

Vous devez vous sentir comme étant dans un corps jeune, vous sentir jeune. Ensuite, cela affecte la façon dont le processus se déploie. En ce sens, vous pouvez retarder le vieillissement. Mais des changements dans le corps se produisent quand même, parce que le corps a sa propre réserve et sa propre durée de vie. Cela ne veut pas dire que vous devez vieillir mal ou vous effondrer dans la vieillesse. Souvent, ce qui est le plus visible n'est pas le vieillissement lui-même, mais la vidange de la réserve énergétique d'une personne. Quand une personne est fortement consommée par des attachements ou d'autres influences drainantes, cela se voit immédiatement. Elle se dessèche sous vos yeux.

Donc quand les gens parlent de vieillissement, je séparerais plusieurs choses. Il y a la ressource naturelle du corps. Il y a l'auto-perception intérieure d'une personne. Et il y a aussi la question de savoir si la personne est drainée énergétiquement.

Preview version, page hidden.  
(original page 87)

Preview version, page hidden.  
(original page 88)

**Q :** Je sais tout cela en théorie, mais quelque chose m'arrête toujours de passer des mots à l'action. Il y a une sorte de blocage intérieur. Peut-être que ce sont des programmes ou des blocages. Pouvez-vous donner un conseil ?

**R :** Oui, parfois cela se produit. Vous voulez quelque chose, vous le voulez pendant des années, vous continuez à le remettre à plus tard, et le remettre encore. Dans de tels moments, ce qui est souvent nécessaire, c'est un élan, une impulsion réelle. Une poussée spontanée, où vous dites soudain : « Ça suffit, j'en ai marre. Je fais quelque chose de bon pour moi. »

Un exemple classique : une personne qui rêve d'apprendre un instrument depuis des années, qui repousse sans cesse en disant : demain, après-demain, plus tard, pas aujourd'hui. Puis un jour, un fort moment émotionnel surgit et la personne dit simplement : « C'est ça, assez. Je vais faire quelque chose de bien pour moi. » Et elle va acheter l'instrument.

Parfois, c'est cela qui manque. Pas encore cinq ans de réflexion, mais une impulsion vivante. Pendant que vous décidez et calculez et décidez encore, dix ans peuvent passer. Donc peut-être que le problème n'est pas que vous ne savez pas quoi faire, mais que vous réfléchissez trop à comment commencer. Vous êtes trop fixé sur la planification de chaque étape, trop préoccupé par la façon d'intégrer cela dans la vie.

Dans ces cas-là, un peu de spontanéité aide. Une petite folie saine. Vous commencez tout simplement.

**Q :** Qu'arrive-t-il au potentiel d'une personne s'il n'est pas réalisé pendant une certaine période ? Par exemple, si quelqu'un a travaillé comme agent de sécurité pendant trois ans, n'a rien cherché d'autre, ne s'est pas développé, et a simplement

Preview version, page hidden.  
(original page 90)

Preview version, page hidden.  
(original page 91)

que la vision disparaît parfois ?

**R :** La vision du plan subtil n'est pas censée être constante. Ce n'est pas un feu qui brille en permanence. C'est plus comme une capacité qui se développe et qui se stabilise avec le temps. Parfois la vision est claire. Parfois elle est moins claire. Parfois vous avez besoin de vous reposer, de vous restaurer, de ne pas forcer. La capacité de voir le plan subtil est une capacité comme une autre. Elle peut être fatiguée. Elle peut être temporairement masquée par des blocages ou des émotions. Elle peut aussi être perturbée par des attachements ou des influences qui ne veulent pas que vous voyiez.

Ne vous inquiétez pas des moments où la vision n'est pas là. Continuez à travailler avec l'intention et avec les pratiques. La vision reviendra quand vous serez prêt et quand les conditions seront favorables. Et si vous doutez, demandez-vous si vous êtes vraiment en train de chercher à voir, ou si une partie de vous préfère parfois ne pas voir.

## 1.48 Questions et réponses — Conclusion

La réalisation de son potentiel dans l'espace a différentes échelles — dans quelle mesure elle est globale, dans quelle mesure elle est pour soi, pour un tout, pour un État, ou pour le monde entier. C'est déjà une autre question.

Il convient aussi de noter qu'à un certain moment, quand on commence à se réaliser — par exemple, le dessin — ce qui était un simple passe-temps, le fait de dessiner pour soi-même, de ranger les dessins pour soi-même, peut passer à un niveau supérieur. Quand on a appris à dessiner, on peut commencer

Preview version, page hidden.  
(original page 93)

Preview version, page hidden.  
(original page 94)

Cette question sera abordée plus en détail dans la quatrième leçon, qui traitera de l'interaction de la réalité — c'est-à-dire de votre activité préférée avec la réalité des autres personnes, des moments de gratitude, et des moments où vous pensez ne pas vouloir travailler gratuitement. S'il reste des questions de clarification, elles pourront être posées après la quatrième leçon.

**Q :** Bonjour. Je peins des tableaux d'intérieur. Tout le monde les aime, s'extasie, demande à en avoir un en cadeau, mais personne n'en achète. J'ai offert un tableau. Mon intention est de peindre plus de tableaux et d'organiser une exposition, puis de créer un atelier d'art, un espace pour la créativité, des ateliers. Ma peur est que j'investisse de l'argent dans la location, mais qu'il n'y ait pas de bénéfiques, de ventes, d'élèves et ainsi de suite. Comment enlever cette peur ? J'ai déjà eu l'expérience d'ouvrir un salon de coiffure, à la suite duquel je me suis retrouvée en déficit. Je ne veux pas que cela se reproduise.

Voyez-vous, ici encore, la question est vers où est dirigé votre spectre d'attention. Vous voulez organiser cela, peut-être, mais vous ne voulez pas y investir d'argent. Il est possible que vous n'ayez pas besoin d'y investir d'argent. C'est-à-dire que ce que vous voulez peut venir vers vous par un autre chemin. Organiser une exposition et ainsi de suite, c'est essentiellement une possibilité. Et une possibilité peut venir vers vous de toutes sortes de façons. Il y a beaucoup de musées dans les villes, des plateaux, où ces expositions peuvent avoir lieu, où on peut vous proposer d'exposer vos tableaux, ou d'organiser ce genre de chose, sans que vous ayez à tout financer.

Ici, il y a ce moment important, cela dépend de ce que vous

Preview version, page hidden.  
(original page 96)

Preview version, page hidden.  
(original page 97)

de création du bouquet.

Et pour un autre, le processus n'est pas seulement de composer un bouquet, il aime composer un bouquet, mais il aime le composer de façon beaucoup plus belle que ce que compose cette personne ou celle-là, c'est-à-dire composer le plus beau bouquet ou un bouquet original. C'est là qu'il trouve sa motivation, il y voit un stimulus supplémentaire, une acquire supplémentaire d'expérience, c'est-à-dire qu'il trouve là sa réalisation.

Et oui, pour certains, c'est le processus de création du bouquet, pour d'autres, c'est créer un bouquet plus beau que celui de l'autre, c'est-à-dire qu'au moment de la concurrence, cela vous pousse, vous motive à agir, et sans concurrence, vous vous ennuyez. Et chaque personne est individuelle, chacun a sa chose.

**Q** : J'aime faire de l'argent, j'ai un écho pour le processus de gain de cet argent, quand je vois des sommes impressionnantes, cela me satisfait. Mais l'argent lui-même, je peux le donner, autant à mes parents qu'à mes frères, tout dépenser sur eux. Est-ce que cela peut être un soleil intérieur ?

C'est justement ce dont il a été question. Oui, c'est essentiellement comme un soleil intérieur. Quand les gens font quelque chose, vivent de leur activité, pour eux, l'argent n'est qu'un moyen. C'est ce dont vous parlez. Vous dites : j'aime faire de l'argent. Mais qu'est-ce que c'est au fond ? Simplement, vous aimez faire quelque chose, et pour vous, l'argent n'est pas un but en soi.

Pour vous, le but est : je veux simplement faire ceci et obtenir, par exemple, une certaine somme d'argent. Mais cette somme

Preview version, page hidden.  
(original page 99)

Preview version, page hidden.  
(original page 100)

sensation de joie, mais est-il possible de combiner le travail intérieur pour gagner sa vie avec un passe-temps, n'y aurait-il pas de dualité et de trouble de l'intention, une sorte de compromis avec la réalité environnante ? Quel compromis ? C'est-à-dire que vous avez essentiellement séparé et dit : un passe-temps ne peut pas devenir ma source principale de revenus, ne peut pas devenir mon travail, soit j'ai un passe-temps, soit j'ai un travail, le travail ne peut pas devenir un passe-temps, et le passe-temps ne peut pas devenir un travail. Vous avez déjà organisé l'impossibilité de cela dans votre vie. Vous dites : il me faut un compromis, soit je gagne de l'argent, soit c'est autre chose. Mais en ce moment, vous avez simplement organisé l'impossibilité de cela dans votre vie.

Il faut arriver à ce que votre activité préférée vous apporte de la joie, et une activité préférée, ce n'est pas seulement un passe-temps, pour quelqu'un c'est d'être comptable, pour quelqu'un c'est de se réaliser dans le commerce, être manager du commerce, cela peut être l'activité préférée. Mais en ce moment vous dites que les moyens de subsistance, il faut les gagner quelque part, et le passe-temps, c'est pour l'âme, vous vous en occupez gratuitement. Vous devez revoir ces positions.

**Q :** Comment comprendre que c'est précisément la mienne ? Il se peut que cela donne du plaisir comme l'exécution des conditions ou des normes de la société, par exemple, j'achète une certaine voiture, des vêtements, je voyage, je fais du fitness et j'en suis très satisfait, mais uniquement comme l'exécution complète des attentes de la société, bien que je puisse sincèrement croire que ce sont précisément mes désirs ?

Eh bien, comment dire, le fitness, les voyages, la voiture, les vêtements, c'est quand même tout ce que ce monde peut offrir.

Preview version, page hidden.  
(original page 102)

Preview version, page hidden.  
(original page 103)

comme ça.

Ici, il y a ce moment : vous pouvez vous réaliser absolument comme vous le voulez, même si vous voulez simplement rester dans le silence, dans le confort, regarder votre émission préférée, ou simplement vous reposer moralement, rentrer chez vous après le travail, ce n'est pas quelque chose de mal. Vous pouvez vous réaliser absolument comme vous le souhaitez. Le sens, c'est de vivre comme vous le voulez. Le sens, c'est de vivre dans un certain confort pour vous-même, et non pas de vivre en se disant : je suis fatigué de la vie, ou je vis d'une façon qui ne me plaît pas.

Qu'importe le statut dans lequel vous vous êtes réalisé, ce qui compte, c'est que la vie soit un plaisir, parce que quelqu'un peut vivre dans une cage dorée et être profondément malheureux, et quelqu'un d'autre vit simplement une vie ordinaire et simple, mais avec un plaisir immense pour lui-même, à la campagne, avec un jardin, une ferme, etc. Et ici, c'est précisément ce moment intérieur : qu'est-ce que vous voulez, et arriver à vivre dans le plaisir pour vous-même, pour que chaque jour vous réjouisse, et non pas réaliser quelque chose, chercher je ne sais quelle destination.

Au contraire, la destination en tant que telle, c'est simplement vivre et se réjouir de cette vie, et réaliser ce que l'on veut dans cette vie, que ce soit un jardin ou une entreprise de plusieurs millions. Ce qui est juste, c'est ce que vous voulez.

**Q :** Jusqu'à quel point le sens du devoir est-il justifié ? Qu'est-ce que c'est ? Nous avons des enfants, des parents, un travail, et donc certaines obligations. Le sens du devoir est-il un blocage ou des attachements de la société ?

Voyez-vous, le sens du devoir, sous quelle forme ? Essentiellement, tout ce que nous faisons pour nos parents, nos enfants, pour d'autres personnes, nous devrions le faire par désir intérieur de le faire. Aider nos parents, rendre visite, prendre dans nos bras un enfant, jouer avec lui, embrasser notre partenaire, etc. Nous devrions faire tout cela non pas parce que nous devons, mais parce que nous voulons le faire.

Et très souvent, on nous dit à l'excès : « Tu me dois », « Tu me dois », « Tu me dois ». D'ailleurs, le sens du devoir, nous le verrons précisément dans la leçon sur l'énergie, nous y réfléchirons ce sujet. Donc gardons cette question pour la quatrième leçon.

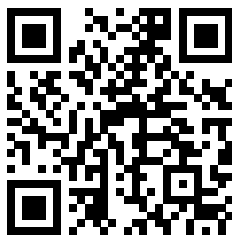
**Q** : Elon Musk veut aller sur Mars, et moi aussi je veux aller sur Mars, mais il y a le financement. Que nous disent les possibilités de l'univers à ce sujet ? Chaque coucou a son perchoir.

En réalité, Elon Musk veut aller sur Mars, et Mars est un parallèle de notre univers. Si l'on a vraiment envie d'aller sur Mars, on peut y voler en corps astral et regarder ce qui s'y trouve. Mais cela suppose un désir véritablement profond.

Et en réalité, c'est plutôt un désir de connaître à quoi ressemble vraiment l'univers. C'est juste un moment de réalisation — par exemple, vouloir aller dans l'espace. On peut dire qu'on veut aller dans l'espace, mais en creusant profondément, on réalise que ce n'est pas le besoin principal qu'on veut réaliser dans sa vie. Comme bonus, ce serait bien. Mais ce n'est pas essentiel.

Ces questions sur l'argent, le devoir, les compromis et la réalisation de soi seront approfondies dans les leçons suivantes, en particulier la leçon sur l'énergie et la leçon sur les finances.

## Autres livres de cette série



<https://luckywaterflow.net/ebooks>

*D'autres titres BOC seront ajoutés sur cette page de la série.*