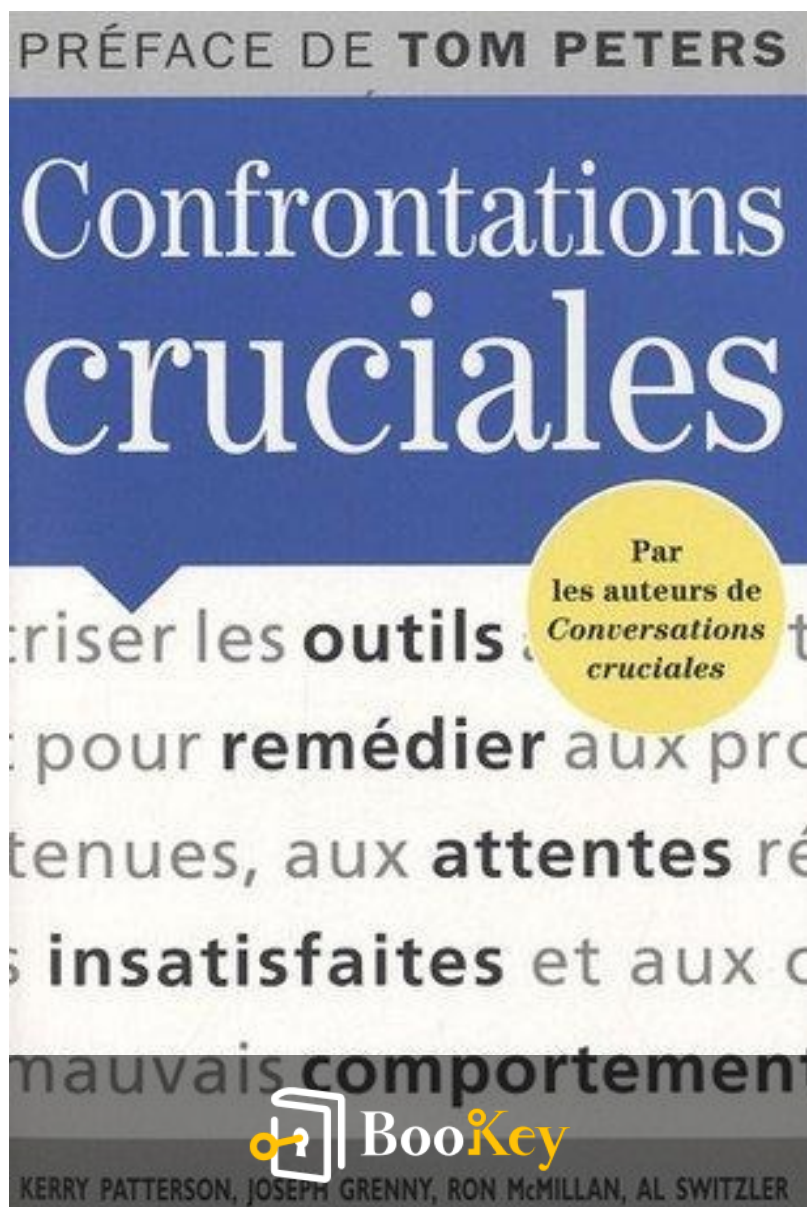


Le fabuleux pouvoir des émotions PDF

Esther Hicks



Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Le fabuleux pouvoir des émotions

Déchiffrer les significations cachées de vos émotions
pour une vie épanouie.

Écrit par Bookey

[En savoir plus sur le résumé de Le fabuleux pouvoir des
émotions](#)

[Écouter Le fabuleux pouvoir des émotions Livre audio](#)

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

À propos du livre

Dans <"Le fabuleux pouvoir des émotions">, Esther et Jerry Hicks partagent des insights profonds issus de l'entité non-physique Abraham, guidant les lecteurs à travers une exploration transformative de leurs émotions. Ce livre révolutionnaire offre une clarté sur les sentiments qui façonnent nos vies, allant au-delà des schémas réactifs pour parvenir à une compréhension plus profonde de la signification émotionnelle. En vous engageant avec le texte, vous apprendrez à accueillir vos circonstances actuelles tout en reconnaissant votre potentiel de croissance et d'épanouissement. À travers chaque leçon éclairante, vous découvrirez votre valeur intrinsèque et trouverez des chemins pour manifester vos désirs. À la fin, vous aurez cette prise de conscience que, bien que vous ayez toujours su cette sagesse, vous l'acceptez désormais pleinement. Le livre inclut également un extrait de CD gratuit d'un atelier en direct sur l'Art de Laisser Faire avec Abraham.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

À propos de l'auteur

Esther Hicks est une conférencière inspirante et une auteure à succès américaine, reconnue pour ses enseignements influents sur la Loi de l'Attraction. Aux côtés de son défunt mari, Jerry Hicks, elle a coécrit neuf livres, dont la célèbre série "La Loi de l'Attraction". Esther est connue pour ses ateliers et séminaires, où elle partage des aperçus canalisés d'un groupe d'entités non physiques appelées Abraham, qu'elle décrit comme une source d'« intelligence infinie ». Née à Coalville, dans l'Utah, Esther a épousé Jerry Hicks en 1980 et elle a une fille d'un précédent mariage. Son travail a fortement inspiré la création du documentaire "Le Secret".

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

Brand Leadership & collaboration Gestion du temps Relations & communication Know
Général d'entreprise Créativité Mémoires Argent & investissements Positive Psychology
Entrepreneuriat Histoire du monde Communication parent-enfant Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Liste du contenu du résumé

Chapitre 1 : Abraham Nous Accueille Tous Sur la Terre

Chapitre 2 : Se souvenir de la vue d'ensemble

Chapitre 3 : -- L'univers continue d'expanser à travers vous

Chapitre 4 : -- Vous êtes un être vibratoire

Chapitre 5 : -- Vos Émotions Sont des Indicateurs Absolus

Chapitre 6 : -- L'alignement vibratoire ressemble à un soulagement

Chapitre 7 : -- Le fossé vibratoire entre vous et vous

Chapitre 8 : -- Votre vie coule dans un cycle naturel

Chapitre 9 : -- La Loi de l'Attraction Ne Nécessite Aucun Entraînement

Chapitre 10 : des émotions

Chapitre 11 : Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise

Chapitre 12 : Exemple 1 -- J'ai reçu un diagnostic effrayant

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 13 : Exemple 2 -- Je ne peux pas perdre du poids

Chapitre 14 : Exemple 3 - Mes enfants se battent

constamment et cela me rend fou

Chapitre 15 : Exemple 4 -- Je suis totalement désorganisé

Chapitre 16 : Exemple 5 -- Mon ancien partenaire ment sur moi

Chapitre 17 : Exemple 6 -- Mon Mari Me Dit Comment Conduire

Chapitre 18 : Exemple 7 -- Je ne suis pas heureux au travail

Chapitre 19 : Exemple 8 -- Mon Mari et Mon Fils Adolescent Ne S'entendent Pas

Chapitre 20 : Exemple 9 -- Depuis que mon père est mort, je ne peux pas retrouver mon équilibre

Chapitre 21 : Exemple 10 -- Je suis un adolescent

Chapitre 22 : Exemple 11 -- Mon Ami Parle de Moi Dans Mon Dos

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 23 : Exemple 12 -- J'ai si peu d'argent sans
amélioration en vue

Chapitre 24 : Exemple 13 -- Je Ne Trouve Pas de Partenaire

Chapitre 25 : Exemple 14 -- Ma sœur et moi ne nous parlons
plus

Chapitre 26 : Exemple 15 -- Mon Partenaire me Contrôle et
je me Sens Étouffé

Chapitre 27 : Exemple 16 -- Je prends un divorce et je me
sens perdue

Chapitre 28 : Exemple 17 -- Mes Enfants N'ont Aucun
Respect Pour Moi

Chapitre 29 : Exemple 18 -- Les gens volent mes idées
créatives

Chapitre 30 : Exemple 19 -- Ma mère a été diagnostiquée
avec la maladie d'Alzheimer

Chapitre 31 : Exemple 20 -- Mon personnel de bureau
semble avoir du mal à s'entendre

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 32 : Exemple 21 -- Mon mari pense que cette philosophie est ridicule et ne veut pas en entendre parler

Chapitre 33 : Exemple 22 -- On me Considère Comme Vieux dans Cette Société

Chapitre 34 : Exemple 23 -- Ma Fille Mente Constamment

Chapitre 35 : Exemple 24 -- Je Ne Cesse D'être Écarté Pour Des Promotions Au Travail

Chapitre 36 : Exemple 25 -- Je n'ai pas le temps ni l'argent pour m'occuper de mes parents et je me sens coupable

Chapitre 37 : Exemple 26 -- Je perds ma vie coincé dans les embouteillages

Chapitre 38 : Exemple 27 -- Maintenant que je sais ce qu'est la Loi de l'Attraction, mes pensées m'inquiètent

Chapitre 39 : Exemple 28 -- Mon mari est très malade

Chapitre 40 : Exemple 29. Mon Amoureux m'a Quitté

Chapitre 41 : Exemple 30 -- Mon Animal de Compagnie est Malade



Chapitre 42 : Exemple 31 -- Je n'ai jamais assez d'argent

Chapitre 43 : Exemple 32 -- Mon Chien est Mort et je

Ressens du Deuil

Chapitre 44 : Exemple 33 -- Notre fils est gay

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 1 Résumé : Abraham Nous Accueille Tous Sur la Terre



Section	Résumé
Introduction à la vie sur Terre	Accueille les lecteurs et incite à un changement de perspective sur l'existence et l'identité.
Une perspective élargie sur l'existence	La naissance est perçue comme une transition, et non comme un commencement, incitant à réfléchir sur l'existence avant la naissance.
Éveiller le vrai moi	Redécouvrir sa vraie nature conduit à une meilleure appréciation de la vie, une diminution des peurs et un regain d'enthousiasme.
Construire la compréhension	Encourage les lecteurs à adopter un esprit ouvert pour transformer la foi en une compréhension plus profonde du but.
La joie de devenir	Célèbre l'excitation de la vie sur Terre, mettant en avant les ressources innées pour s'épanouir et la beauté changeante de la planète.
Conclusion : Bienvenue de nouveau	Rappelle l'objectif de restaurer la perspective d'avant la naissance pour embrasser pleinement la vie, concluant par "Bienvenue sur la planète Terre."

Chapitre Un : Abraham Nous Accueille Tous Sur la Terre

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Introduction à la Vie sur Terre

Le chapitre commence par un accueil chaleureux pour les lecteurs, soulignant l'importance de leur existence sur Terre. Bien que cela puisse ne pas sembler être une nouvelle arrivée, cet accueil vise à changer la perspective du lecteur sur la vie, l'existence et leur véritable identité.

Perspectives Élargies sur l'Existence

Les auteurs soulignent que la naissance n'est pas le commencement du soi. Ils font un parallèle entre entrer dans une salle de cinéma et être né, arguant que ces deux expériences représentent des transitions plutôt que des débuts. L'objectif est d'aider les individus à se souvenir de leur existence avant la naissance physique et de se reconnecter avec une perspective plus large.

Éveiller le Vrai Soi

Alors que les individus redécouvrent leur véritable nature, leur appréciation de la vie s'intensifie, les peurs diminuent et une nouvelle envie de vivre émerge. Le chapitre souligne l'importance de la foi pour comprendre sa vie d'un point de



vue plus élevé.

Construire la Compréhension

Les auteurs expriment leur intention de partager leur point de vue sur la vie et l'existence, encourageant les lecteurs à lire avec un esprit ouvert. Ils croient que par l'expérience personnelle et la réflexion, les lecteurs peuvent transformer la foi en une connaissance plus profonde de leur existence et de leur but.

La Joie de Devenir

Le chapitre réfléchit à l'excitation de venir dans le corps physique et à l'enthousiasme entourant le monde divers et magnifique de la Terre. Les auteurs suggèrent que les individus sont nés avec des ressources innées pour prospérer dans leurs environnements, soulignant la nature parfaite et en constante évolution de la planète.

Conclusion : Bienvenue de Nouveau

Enfin, les auteurs réaffirment leur désir de restaurer la compréhension du lecteur de leur perspective avant la

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

naissance pour pleinement embrasser et apprécier la vie sur Terre, renforçant le message : « Bienvenue sur la planète Terre. »

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Exemple

Point clé: Acceptez votre identité et votre existence passée pour enrichir votre appréciation de la vie.

Exemple: Imaginez-vous vous réveillant chaque matin avec un profond sentiment de connexion à toute vie, sachant que votre voyage a commencé bien avant ce moment. Visualisez-vous entrant dans un théâtre vibrant rempli d'excitation—chaque scène représentant la richesse de vos expériences avant la naissance. Au fil de votre journée, vous vous rappelez cette exaltation et cette joie, comprenant que chaque défi est une opportunité de croissance, et non un obstacle. Cette perspective transforme vos peurs en confiance, vous permettant de savourer la beauté qui vous entoure et de raviver votre enthousiasme pour les aventures de la vie.



Pensée critique

Point clé: Le concept d'existence avant la naissance physique propose une identité spirituelle plus profonde.

Interprétation critique: La perspective d'Esther Hicks, selon laquelle la naissance est avant tout une transition plutôt qu'un commencement, invite les lecteurs à explorer des croyances spirituelles au-delà de la compréhension conventionnelle. Cela peut encourager les individus à réfléchir sur leur identité et le but de leur vie, mais il est important de prendre en compte des perspectives philosophiques et psychologiques qui soutiennent que l'identité personnelle est largement construite à travers les expériences individuelles et les interactions sociales. Selon le philosophe John Locke, l'identité personnelle est liée à la conscience, à la mémoire et aux expériences, suggérant ainsi une origine de soi plus complexe qui inclut à la fois des processus antérieurs et postérieurs à la naissance (Locke, 'Essai concernant l'entendement humain'). Ainsi, bien que Hicks présente un point de vue convaincant, les lecteurs sont encouragés à l'évaluer de manière critique par rapport aux arguments philosophiques établis et aux



systemes de croyance personnels.

Chapitre 2 Résumé : Se souvenir de la vue d'ensemble



Section	Résumé
Aperçu du Chapitre	Ce chapitre se concentre sur la compréhension de notre nature éternelle et l'importance des émotions, mettant en lumière la connexion entre notre soi physique et notre soi non physique.
La Nature de l'Existence Non Physique et Physique	Le royaume non physique est une Énergie Pure et Positive, essentielle à notre identité, où nous étions conscients avant notre existence physique. La vie physique est considérée comme une extension de notre soi non physique.
La Relation Entre Vous Physique et Votre Être Intérieur	« Vous » fait référence au soi physique, tandis que « Être Intérieur » représente l'aspect non physique. Cette dynamique montre comment l'Être Intérieur influence notre expérience physique et clarifie que l'existence physique ne vise pas à atteindre la perfection, mais est une extension de la Source.
Comprendre l'Énergie de la Source	Les humains sont des extensions de la Source, contribuant à son expansion à travers nos expériences. Les auteurs préfèrent le terme « Source » à celui de « Dieu » pour éviter les idées préconçues sur cette énergie non physique et sa relation avec nous.

Chapitre 2 : Se souvenir de la vue d'ensemble

Ce chapitre souligne l'importance de comprendre la vision d'ensemble de notre nature éternelle avant de plonger dans le

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

thème principal du livre, qui est le pouvoir et la signification des émotions. Il encourage les lecteurs à se souvenir de leur existence non physique et de la relation entre leurs aspects physique et non physique.

La nature de l'existence non physique et physique

- Le domaine non physique est décrit comme un lieu d'Énergie Positive Pure, qui peut sembler étranger au départ mais est fondamental pour notre identité.
- Avant notre existence physique, nous étions pleinement conscients dans le domaine non physique, où nous percevions la vie depuis une identité expansive.
- La transition vers l'existence physique est considérée comme une extension de notre soi non physique, maintenant une connexion entre ces deux aspects de l'être.

La relation entre votre aspect physique et votre Être intérieur

- Pour clarifier ces concepts, le soi physique est simplement désigné comme "vous", tandis que l'aspect non physique est nommé "Être intérieur" ou alternativement Source, Âme ou Dieu.



- Cette dynamique décrit comment notre Être intérieur projette la conscience dans notre expérience physique, soulignant que nous sommes l'avant-garde de la pensée et de la création.
- Une idée reçue commune est que les humains doivent atteindre la perfection pour s'aligner avec un Dieu non physique. Cependant, c'est l'inverse qui est vrai : notre existence physique représente l'extension la plus lointaine de la Source, contribuant à son expansion.

Comprendre l'énergie de la Source

- Le chapitre souligne que les humains sont des extensions de la Source, et à travers nos expériences, la Source subit une expansion continue, que nous soyons ou non conscients de notre connexion.
- Le terme "Dieu" est utilisé avec précaution car il pourrait activer des notions préconçues ; c'est pourquoi les auteurs préfèrent "Source" pour représenter cette énergie non physique et sa relation intégrale avec nous.



Exemple

Point clé: Rappelle-toi de ta nature éternelle pour te connecter à ton Être Intérieur.

Exemple: Imagine-toi debout au bord d'une belle forêt, respirant l'air frais de la vie. En ce moment, tu peux sentir l'appel doux de ton Être Intérieur qui te guide pour te rappeler qu'avant ce corps physique, tu existais dans un royaume d'amour pur, de liberté et d'expansion. Tu begins à comprendre que chaque pensée que tu as et chaque émotion que tu ressens est un signal de ton Être Intérieur, te rappelant ton essence non physique. Cette réalisation te permet d'accepter tes expériences comme une extension de cette énergie vibrante, cultivant une appréciation pour ton parcours physique et la connexion puissante que tu as avec ta Source. En t'ouvrant à cette compréhension, tu peux naviguer dans la vie avec une perspective plus riche, sachant que tu es une partie essentielle de quelque chose de bien plus grand.



Pensée critique

Point clé: Le concept d'une existence duale peut mener à une incompréhension de la responsabilité personnelle.

Interprétation critique: Bien que la perspective de Hicks sur nos aspects non physiques et physiques promeuve un sentiment de connexion et de but, elle peut également créer un paradoxe quant à la responsabilité personnelle. Si l'existence physique de quelqu'un n'est qu'une extension de son soi non physique, les lecteurs pourraient être tentés de croire que leurs actions sont prédestinées ou moins significatives qu'elles ne le sont réellement. Cela pourrait diminuer l'importance des choix conscients dans le développement personnel. Les critiques de telles vues métaphysiques, comme Sam Harris dans 'Free Will' (2012), plaident pour une compréhension plus ancrée du comportement humain qui souligne la responsabilité dans le domaine physique.



Chapitre 3 Résumé : -- L'univers continue d'expanser à travers vous

Section	Résumé
Comprendre votre existence	Vous êtes à la fois une source d'énergie non physique et un être physique, et vos expériences de vie contribuent à l'expansion de l'univers en offrant des perspectives et une auto-perception uniques.
La nature du désir	La clarté du désir naît de l'affrontement avec ce que vous ne voulez pas, menant à de nouvelles préférences essentielles à l'expansion de l'univers, même si cela passe souvent inaperçu.
Le rôle de la pensée dans la création	Les pensées précèdent la manifestation, et vos expériences créent de nouveaux désirs qui sont conservés en attente par votre soi non physique élargi jusqu'à ce que vous vous y aligniez.
S'aligner avec votre soi élargi	Le bonheur provient de la reconnaissance de votre alignement avec de nouvelles idées par le biais d'émotions positives comme l'amour et la joie, tandis que les émotions négatives indiquent une résistance à votre soi élargi.

Chapitre 3 : L'univers continue d'expanser à travers vous

Comprendre votre existence

Vous êtes à la fois l'énergie source non physique et un être physique. En entrant dans ce corps physique, vous expérimentez les contrastes de la vie, qui contribuent à l'expansion de l'univers. Votre perspective unique vous permet de rassembler de nouvelles préférences et désirs, révélant l'importance de l'auto-perception.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

La nature du désir

Au cours de votre vie, faire face à ce que vous ne voulez pas vous éclaire sur ce que vous voulez réellement. Ce processus continu est souvent inaperçu au quotidien, mais il joue un rôle crucial dans l'expansion de l'univers. Chaque expérience ajoute à votre compréhension, inspirant de nouveaux désirs que votre Être intérieur embrasse.

Le rôle de la pensée dans la création

La pensée précède la manifestation ; tout ce qui vous entoure commence comme une pensée avant de devenir partie intégrante de votre réalité. En naviguant dans vos expériences, vous créez continuellement de nouveaux désirs à travers vos observations et interactions. Ce processus est comparable à un compte séquestre où vos désirs élargis sont

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorberez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 4 Résumé : -- Vous êtes un être vibratoire

Section	Résumé
Comprendre la perception à travers les sens	Les humains perçoivent leur environnement à travers des sens physiques qui interprètent automatiquement les vibrations, de la même manière qu'un téléviseur reçoit des signaux. Cette capacité de perception est naturelle et ne nécessite pas d'entraînement.
Le sixième sens : les émotions	Les émotions agissent comme un sixième sens que tout le monde possède, ne nécessitant également aucun entraînement. Elles sont essentielles pour comprendre soi-même et aident à unir les aspects physiques et non physiques de l'être.
Perspective d'ensemble	Les humains proviennent de consciences non physiques projetées dans une forme physique, ce qui engendre de nouveaux désirs. Les interactions de la vie contribuent à la croissance personnelle, évoluant vers un état vibratoire supérieur en accord avec ces désirs.

Chapitre 4 -- Vous êtes un être vibratoire

Comprendre la perception à travers les sens

Vous vivez votre environnement grâce à vos sens physiques, qui interprètent les vibrations naturellement, sans effort conscient. Tout comme une télévision reçoit des signaux et les transforme en images, vous êtes également un récepteur de signaux vibratoires, créant votre réalité à travers ces interprétations. Cette capacité naturelle à percevoir et comprendre votre environnement est inhérente, ne nécessitant aucune formation formelle.



Le sixième sens : les émotions

En plus des cinq sens physiques, tout le monde possède un sixième sens : l'émotion. Ce sens ne nécessite également aucune formation et constitue une part intégrante de votre vie quotidienne. Bien que les gens expriment fréquemment leurs sentiments, peu réalisent la signification profonde et le pouvoir des émotions. L'objectif est de cultiver une compréhension plus profonde des émotions et de leur rôle dans la fusion de vos aspects physiques et non physiques.

Perspective globale

Vous existez à l'origine en tant que conscience non physique qui se projette dans un corps physique. Cette transition vous permet de percevoir votre environnement et de générer en permanence de nouveaux désirs ou "fusées de désirs".

L'aspect non physique de vous reste concentré et attentif à ces désirs, évoluant vers un état vibratoire supérieur. Les expériences de vie et les interactions avec les autres favorisent constamment la croissance, menant à une version de vous-même toujours améliorée, reflétant vos désirs et vos expériences.



Exemple

Point clé: Vous êtes un être vibratoire, interprétant et répondant constamment aux émotions que vous ressentez.

Exemple: Imaginez entrer dans un café animé, l'arôme du café fraîchement préparé vous enveloppant. En prenant place, vous remarquez les rires des clients à proximité et le doux murmure des conversations. Juste à ce moment-là, vous apercevez un couple partageant un moment intime, et une sensation chaleureuse vous envahit. Cette vague d'émotion révèle votre impressionnant sixième sens à l'œuvre, où vos instincts signalent qu'une connexion est une partie précieuse de la vie. Vous réalisez que ces sentiments ne sont pas de simples réactions ; ce sont des vibrations puissantes qui guident votre chemin, vous aidant à façonner votre réalité et vous rapprochant de ce que vous désirez vraiment.



Pensée critique

Point clé: La connexion entre les émotions et la création de la réalité

Interprétation critique: Un point significatif de ce chapitre se concentre sur l'idée que les émotions ne sont pas seulement une réaction mais jouent un rôle clé dans la façon dont nous façonnons notre réalité. L'affirmation selon laquelle les émotions agissent comme un sixième sens, essentiel à notre existence en tant qu'êtres vibratoires, mérite d'être examinée de près. Bien que Hicks mette en avant la relation entre la compréhension des émotions et la croissance personnelle, cette perspective peut simplifier à outrance la complexité des émotions humaines et leur influence sur la réalité. Les critiques soutiennent que les émotions peuvent également être influencées par divers facteurs extérieurs, y compris des conditions environnementales, sociales et psychologiques, ce qui pourrait empêcher les individus de 'projeter' simplement leurs désirs dans leur réalité. Par exemple, des études psychologiques montrent que les émotions sont souvent une réponse à des conditions et des circonstances préexistantes, indiquant qu'elles sont le produit de l'environnement et des expériences



d'une personne plutôt qu'un simple moyen de créer sa réalité (voir des sources comme "L'intelligence émotionnelle" de Daniel Goleman). Par conséquent, le point de vue de Hicks devrait être évalué de manière critique à l'aune d'une compréhension plus large du rôle multifacette des émotions dans l'expérience humaine.

Chapitre 5 Résumé : -- Vos Émotions Sont des Indicateurs Absolus

Section	Résumé
Comprendre les Désirs et les Émotions	La réalisation de ce qui nous manque génère de nouveaux désirs, aidant à clarifier ce que nous voulons réellement et affectant notre moi non physique.
Connexion avec le Moi Intérieur	Être en contact avec notre moi intérieur favorise l'enthousiasme et la vitalité, tandis que le désalignement provoque de l'inconfort. Les émotions indiquent notre alignement vibratoire avec notre Moi Source.
Expansion Continue des Désirs	Les observations élargissent continuellement nos désirs dans divers aspects de la vie, ce qui est crucial pour l'amélioration de soi et la croissance.
Alignement des Pensées vs. Actions	L'alignement mental avec nos désirs est plus important que les actions immédiates. Les actions inspirées suivant cet alignement produisent des résultats positifs, tandis que le désalignement conduit à des efforts peu productifs.
Conclusion	Reconnaître et s'aligner émotionnellement avec nos désirs évolutifs est essentiel pour une vie épanouissante, guidée par l'alignement vibratoire.

Résumé du Chapitre 5 : Vos Émotions Sont des Indicateurs Absolus

Comprendre les Désirs et les Émotions

Dans ce chapitre, l'auteur souligne que la prise de conscience d'un manque—que ce soit d'argent, de temps ou de santé—donne naissance à de nouveaux désirs. Lorsque nous identifions ce qui nous manque, nous gagnons en clarté sur ce que nous voulons vraiment. L'évolution de ces désirs



affecte notre moi non physique, qui s'aligne avec nos idées nouvellement nées à chaque instant.

Connexion avec le Soi Intérieur

Être en contact avec notre Soi intérieur nous permet de nous concentrer sur de nouveaux désirs et favorise des sentiments d'enthousiasme et de vitalité. À l'inverse, ne pas s'aligner avec qui nous devenons entraîne une gêne et une résistance. Ainsi, nos émotions servent d'indicateurs de notre alignement vibratoire avec notre Soi source, guidant notre évolution personnelle.

Expansion Constante des Désirs

Chaque observation impacte nos désirs, les faisant continuellement évoluer. Qu'ils soient liés à l'argent, à la santé, à l'appréciation, à la stimulation ou aux relations, ces prises de conscience amplifient sans cesse nos désirs. Ce processus de reconnaissance des désirs est essentiel pour l'amélioration de soi et la croissance.

Alignement des Pensées vs. Actions

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

L'auteur insiste sur l'importance des processus mentaux par rapport aux actions physiques pour atteindre nos désirs. Atteindre l'alignement vibratoire avec nos pensées est primordial ; il ne s'agit pas d'agir immédiatement, mais d'aligner nos énergies vers nos désirs. Lorsque nous atteignons cet alignement, toutes les actions que nous pourrions entreprendre par la suite sont inspirées et donnent des résultats positifs. Cependant, sans cet alignement, les actions peuvent sembler accablantes et improductives.

Conclusion

Pour vivre la vie joyeuse que nous sommes censés mener, nous devons reconnaître et nous aligner émotionnellement avec nos désirs en évolution. Comprendre et se concentrer sur nos émotions peut nous aider à cultiver une vie épanouissante, guidée par l'alignement vibratoire qui améliore nos expériences.



Exemple

Point clé: Les émotions sont des indicateurs de notre alignement avec nos véritables désirs.

Exemple: Imaginez que vous réfléchissez à votre carrière. Si vous ressentez de l'excitation et de l'enthousiasme, c'est un signe que vous êtes en phase avec vos véritables passions. En revanche, si vous ressentez de l'anxiété ou de la frustration, cela indique un décalage, vous incitant à réévaluer vos objectifs et vos désirs. Cette guidance émotionnelle est cruciale ; en prêtant attention à ce que vous ressentez, vous pouvez naviguer votre chemin avec plus de clarté, vous aidant à aligner vos pensées et vos actions avec ce qui vous épanouit réellement.



Pensée critique

Point clé: Les émotions comme indicateurs de l'alignement avec nos désirs

Interprétation critique: Esther Hicks soutient que nos émotions sont des indicateurs cruciaux de notre alignement vibratoire avec notre Moi Intérieur, suggérant que les émotions positives signalent une harmonie avec nos désirs tandis que les émotions négatives indiquent une divergence. Cependant, on peut se demander si les émotions devraient être les seuls repères pour orienter notre vie, car des recherches académiques mettent en avant une vision plus nuancée de l'intelligence émotionnelle qui inclut le contexte situationnel et les processus cognitifs (Goleman, D. 1995. "L'intelligence émotionnelle : Pourquoi elle peut compter plus que le QI"). Ainsi, s'appuyer uniquement sur les émotions comme indicateurs pourrait simplifier à l'extrême la complexité des expériences humaines et de la prise de décision.



Chapitre 6 Résumé : -- L'alignement vibratoire ressemble à un soulagement

Section	Résumé
Titre du Chapitre	Chapitre 6 -- L'Alignement Vibratoire Ressent Comme un Soulagement
Comprendre l'Alignement Vibratoire	L'alignement vibratoire consiste à harmoniser sa propre énergie plutôt qu'à changer les autres pour se sentir bien, ce qui mène à la croissance personnelle.
L'Impact des Autres sur Votre Vibration	Les interactions avec les autres peuvent diminuer le bonheur personnel ; il est crucial de trouver un soulagement et un alignement émotionnels plutôt que de compliquer les choses.
Se Laisser Porter : L'Analogie du Canoë	Essayer de lutter contre le courant de la vie est contre-productif ; s'aligner avec le flot mène à l'accomplissement des désirs.
Votre Être Intérieur et Expansion	L'Être Intérieur évolue avec de nouveaux désirs, et la Loi de l'Attraction répond à ses vibrations intérieures, attirant des expériences similaires.
La Question Importante	La question essentielle est comment les individus se connectent à leurs versions élargies pour atteindre leurs désirs et leur épanouissement grâce à l'alignement.

Chapitre 6 -- L'alignement vibratoire ressemble à un soulagement

Comprendre l'Alignement Vibratoire

L'alignement vibratoire fait référence uniquement à l'harmonisation des vibrations en soi. Bien que les interactions avec les autres semblent souvent être la source de l'inconfort, les changer n'est pas la solution. Se sentir bien dépend de l'alignement de sa propre énergie, ce qui permet



une expansion personnelle.

L'Impact des Autres sur Votre Vibration

Lorsqu'une personne vient à nous avec des problèmes, nous ressentons souvent notre propre bonheur et notre clarté diminuer. Participer à des discussions pour trouver des solutions peut engendrer des sentiments d'impuissance et d'inconfort. Le tumulte émotionnel signale une discordance entre les pensées actuelles et les désirs en expansion, indiquant un manque d'alignement vibratoire. Pour résoudre les problèmes, il faut d'abord chercher un soulagement émotionnel et un alignement plutôt que de compliquer davantage la situation.

Aller avec le Flux : L'Analogie du Canoë

Imaginez placer un canoë dans une rivière et ramer à

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Ad



Scanner pour télécharger



App Store
Coup de cœur



22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!

Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !

Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !

Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !

adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique

Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey

Chapitre 7 Résumé : -- Le fossé vibratoire entre vous et vous

Section	Points Clés
Comprendre les Émotions comme Indicateurs Vibratoires	- Les émotions reflètent l'énergie de votre moi plus vaste. - Les émotions positives impliquent l'alignement ; les émotions négatives indiquent une résistance. - Suivre le courant apporte des sentiments positifs ; la résistance engendre des sentiments négatifs.
Le Pouvoir de Vos Émotions Guidantes	- Les émotions révèlent l'écart entre les désirs et les pensées actuelles. - Des sentiments positifs comme la fierté reflètent l'alignement ; des sentiments négatifs comme la honte indiquent une déconnexion. - La passion indique une croissance ; l'inquiétude témoigne d'une stagnation.
Les Émotions Indiquent votre Degré d'Alignement	- Les émotions fluctuent en fonction des pensées et des expériences. - Les émotions positives sont préférables, mais les transitions vers la joie doivent être progressives pour éviter des changements trop brusques.
Rien de Ce Que Vous Souhaitez n'Est Montant	- Toutes les manifestations commencent par des pensées vibratoires. - Les désirs coulent en aval après leur formation ; l'alignement est essentiel pour les expérimenter.

Chapitre 7 : Le fossé vibratoire entre vous et vous

Comprendre les émotions en tant qu'indicateurs vibratoires

Les émotions sont des réponses à l'énergie de votre moi



élargi. Les émotions positives indiquent un alignement avec votre moi élargi, tandis que les émotions négatives signalent une résistance à cet alignement. Lorsque vous vous laissez porter par le flux de la vie, vous ressentez des sentiments positifs ; la résistance entraîne des sentiments négatifs.

Le pouvoir de vos émotions directrices

Vos émotions reflètent la différence entre vos désirs et vos pensées actuelles. Si vous vous sentez fier, vous êtes en harmonie avec votre moi élargi. Les sentiments de honte ou d'embarras indiquent une déconnexion. Reconnaître cette dualité vous permet de mieux comprendre l'orientation émotionnelle. La passion signale un mouvement vers votre moi élargi, tandis que le malaise signifie stagnation.

Les émotions indiquent le degré de votre alignement

Les sentiments fluctuent en fonction de vos pensées et de vos expériences. Les émotions servent d'indicateurs d'alignement avec votre moi élargi. Il est préférable de se concentrer sur des émotions positives plutôt que sur des négatives, mais les transitions vers des sentiments joyeux doivent être progressives, car le saut vibratoire peut être trop important.



Rien de ce que vous désirez n'est en amont

Tout ce qui vous entoure physiquement était d'abord une pensée vibratoire. Comprendre ce concept clarifie la façon dont les désirs se manifestent. Vos désirs roulent naturellement vers la manifestation comme un objet rond dévalant une colline. Une fois qu'un désir est formé, il suit le courant, prêt à être éprouvé ou possédé lorsque vous vous alignez avec ce flux.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pensée critique

Point clé:Alignement émotionnel en tant que guide de manifestation

Interprétation critique:L'idée selon laquelle les émotions servent d'indicateurs d'alignement avec son moi intérieur plus vaste suggère une vision simpliste de la complexité émotionnelle. Alors que Hicks présente un point de vue affirmant que les émotions positives signalent l'alignement et que les émotions négatives indiquent une résistance, cette perspective peut ne pas tenir compte de la nature multifacette des émotions humaines influencées par divers facteurs psychologiques et contextuels. Une large gamme de réactions émotionnelles peut également découler de traumatismes passés, de problèmes de santé mentale et de pressions sociétales, qui peuvent ne pas être directement liées aux désirs ou à l'alignement d'une personne. Cette critique invite les lecteurs à explorer d'autres cadres psychologiques qui offrent des perspectives différentes, comme la thérapie cognitivo-comportementale, qui considère les schémas de pensée et leurs effets sur les émotions. Comprendre les émotions à travers un unique prisme d'énergie



vibratoire peut négliger la richesse de l'expérience humaine et la validité des émotions négatives qui peuvent jouer des rôles psychologiques importants.

Chapitre 8 Résumé : -- Votre vie coule dans un cycle naturel

Section	Résumé
Titre du chapitre	Ta vie s'écoule dans un cycle naturel
L'analogie de la rivière et de ton canoë	Résister au flux naturel de la vie est vain ; se reconnaître comme énergie source permet de mener une vie épanouissante.
Création et la loi de l'attraction	Les intentions fixées avant la naissance se manifestent par la loi de l'attraction, créant un élan dans la vie.
Tout ce que tu désires est en aval	Tous les désirs existent en aval ; en se rendant au flux, les individus s'alignent avec leur véritable objectif.
Il suffit de lâcher les rames	Changer de point de vue, en passant de l'action à l'alignement vibratoire, améliore la réalisation des désirs ; fais confiance au courant pour un voyage plus fluide.
L'art de permettre	Croire aux obstacles pousse en amont ; embrasser le bien-être permet un flux naturel vers la joie et l'épanouissement.

Chapitre 8 : Votre vie coule dans un cycle naturel

L'analogie de la rivière et de votre canoe

Ce chapitre commence par souligner la futilité de résister au flot naturel de la vie, le comparant à pagayer à contre-courant. Se reconnaître comme Énergie Source, qui donne naissance à des désirs en évolution, permet de comprendre le flot de la vie. Adopter cette perspective permet de vivre une vie épanouissante, telle qu'elle était



initialement prévue avant la naissance.

Création et la loi de l'attraction

Avant l'incarnation, les individus définissent des intentions qui se manifestent à travers la loi de l'attraction (LOA). En tant qu'humains, de nouvelles idées mènent à d'autres manifestations, créant un élan décrit comme le Courant de la Vie. Reconnaître la nature éternelle de l'existence permet d'apprécier ce processus, favorisant une compréhension plus claire de la création et des mécanismes de la vie.

Tout ce que vous désirez est en aval

Le texte souligne que tous les désirs existent en aval dans le Courant de la création. En se abandonnant à ce flot naturel et en reconnaissant son Bien-Être inhérent, les individus peuvent s'aligner avec leur véritable but et les expériences prévues avant leur existence physique.

Il suffit de lâcher les pagaies

De nombreuses personnes se concentrent sur la mesure des distances jusqu'à leurs objectifs, ce qui est dicté par un état



d'esprit orienté vers l'action. Déplacer le focus vers l'alignement vibratoire et des approches basées sur la pensée améliore l'efficacité pour atteindre les désirs. Le chapitre met en garde contre l'impulsion de hâter le progrès, car s'efforcer mène souvent à remonter le courant. Au lieu de cela, lâcher prise sur le contrôle et faire confiance au Courant permet un voyage plus fluide vers les désirs.

L'art du lâcher-prise

Les croyances qui sous-entendent des obstacles attirent automatiquement à remonter le courant. À l'inverse, reconnaître que tout ce que l'on désire est accessible permet de se détendre dans l'art du lâcher-prise. Cette pratique consiste à embrasser le Bien-Être et à être fidèle à soi-même tel que la vie l'a façonné, facilitant un flot naturel vers l'épanouissement et la joie.



Pensée critique

Point clé: La résistance au flux naturel de la vie peut entraîner frustration et stagnation.

Interprétation critique: Hicks souligne que les individus luttent souvent contre leurs propres désirs, créant des dilemmes inutiles. Bien que son point de vue favorise un sentiment de facilité et d'acceptation, les critiques pourraient faire valoir que négliger les défis et l'inconfort peut mener à la complaisance. Dans sa description du 'Courant de la Vie', il est essentiel de considérer que naviguer à travers les obstacles du monde réel nécessite souvent une action directe plutôt qu'une confiance passive dans un flux cosmique. De plus, les recherches en psychologie suggèrent que la résolution active de problèmes est cruciale pour la croissance personnelle (Baumeister & Vohs, 2016). Ainsi, bien que Hicks offre des perspectives précieuses sur l'acceptation et le flux émotionnel, il pourrait être bénéfique d'équilibrer cela avec une approche pratique pour relever les défis.



Chapitre 9 Résumé : -- La Loi de l'Attraction Ne Nécessite Aucun Entraînement

Section	Résumé
Introduction aux lois universelles	Focus sur la Loi de l'Acceptation, essentielle pour la création personnelle, ainsi que sur deux autres Lois Universelles.
La première loi : Loi de l'Attraction	La Loi de l'Attraction fonctionne de manière constante selon votre état vibratoire, attirant une énergie similaire sans effort.
La deuxième loi : Loi de la Création Délibérée	Cette loi met l'accent sur la pensée concentrée ; diriger son attention vers les résultats souhaités permet de manifester ses choix.
Vivre la Loi de l'Acceptation	Aligner ses états émotionnels avec ses désirs invite au changement positif ; les sentiments négatifs attirent des expériences négatives.
Reflets de la sortie vibratoire	Vos expériences reflètent votre état intérieur, ce qui rend le contrôle conscient de la pensée essentiel pour des résultats positifs.
Aller avec le flot du Bien-Être	Le livre encourage une approche décontractée des désirs, en s'alignant sur la nature bienveillante du Flux.
Comprendre le pouvoir du Flux	Se visualiser dans un courant de Bien-Être aide à reconnaître les intentions passées qui influencent l'élan actuel.
Conclusion : En amont vs. En aval	La prise de conscience de la direction de la vie—se déplacer avec aisance ou contre la résistance—permet une meilleure harmonie avec son vrai soi et ses désirs.

Chapitre 9 : La Loi de l'Attraction Ne Nécessite Aucun Entraînement

Introduction aux Lois Universelles

Il y a trois lois universelles essentielles à comprendre pour

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

guider délibérément sa vie. L'accent ici est mis sur la Loi de l'Acceptation, qui est cruciale pour maîtriser la création personnelle.

La Première Loi : Loi de l'Attraction

La Loi de l'Attraction (LOA) est inhérente à l'univers et ne nécessite pas d'entraînement. Tout comme la gravité fonctionne de manière constante, la LOA répond constamment à votre état vibratoire, apportant des conditions qui correspondent à votre énergie, peu importe votre conscience.

La Deuxième Loi : Loi de la Création Délibérée

La Loi de la Création Délibérée souligne le pouvoir de la pensée focalisée. En dirigeant votre attention vers les résultats souhaités, vous pouvez manifester tout ce que vous

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points

Échangez un livre

Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 10 Résumé : des émotions

Partie	Titre	Résumé
Partie II	Faire preuve du fabuleux pouvoir des émotions	Cette section explore comment les émotions influencent les expériences et les réactions humaines, mettant en lumière le potentiel de croissance personnelle et spirituelle grâce à la compréhension et à l'utilisation efficace des émotions. Les lecteurs reçoivent des exemples et des aperçus sur la façon de tirer parti du pouvoir émotionnel pour améliorer leur bien-être et attirer des résultats positifs.

Partie II : Démontrer le fabuleux pouvoir des émotions

Dans cette section, le texte explore comment les émotions influencent profondément les expériences humaines et les réactions. Il met en avant le potentiel transformationnel de la compréhension et de l'exploitation efficace des émotions pour la croissance personnelle et spirituelle. À travers divers exemples et éclairages, les lecteurs sont guidés sur la manière de tirer parti de leur pouvoir émotionnel pour améliorer leur bien-être et attirer des résultats positifs dans leur vie.



Exemple

Point clé: Exploiter les émotions pour un changement positif

Exemple: Imaginez-vous vous réveiller en vous sentant anxieux à l'idée de la journée à venir ; au lieu de vous laisser emporter par des pensées négatives, vous faites une pause et vous concentrez sur la gratitude. Vous choisissez de reconnaître ce que vous appréciez dans votre vie—peut-être la chaleur du soleil, l'amour de votre famille ou votre santé. À mesure que vos émotions passent de l'anxiété à la gratitude, vous remarquez comment votre perspective sur la journée se transforme. Ce choix conscient de tirer parti de vos émotions non seulement élève votre esprit mais attire également des expériences positives, prouvant que votre état émotionnel joue un rôle crucial dans la façon dont vous percevez la réalité.



Pensée critique

Point clé: Le rôle transformateur des émotions dans la croissance personnelle

Interprétation critique: Bien que l'auteure, Esther Hicks, présente un argument convaincant sur la manière dont la compréhension des émotions peut conduire à une croissance personnelle et spirituelle, il est essentiel d'évaluer cette perspective de manière critique. L'idée que les émotions à elles seules peuvent transformer nos expériences et nos résultats pourrait simplifier à l'excès la complexité de la psychologie humaine et de l'intelligence émotionnelle. De nombreuses études psychologiques suggèrent que, bien que la prise de conscience des émotions soit bénéfique, des facteurs tels que le statut socio-économique, les influences environnementales et les processus cognitifs jouent également des rôles cruciaux dans la formation des expériences et des résultats individuels (par exemple, Damasio, A. R. (1994). 'L'erreur de Descartes : Émotion, raison et cerveau humain'). Ainsi, les lecteurs devraient considérer que l'accent mis sur les émotions comme étant d'une puissance unique pourrait négliger d'autres contributeurs significatifs au bien-être et au



succès.

Chapitre 11 Résumé : Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise

Section	Résumé
Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise	Ce chapitre propose des exemples montrant comment les individus peuvent être en désaccord avec leurs désirs dans différents domaines.
Désirs et alignement	Corps physique : Désirs de santé et de bien-être. Relations : Amélioration des connexions. But de la vie : Poursuite de vraies intentions. Emploi financier : Alignement avec les objectifs financiers. Événements mondiaux : Gestion des émotions concernant les problèmes sociétaux.
Importance des exemples variés	Les exemples sont tirés de la conscience individuelle pour résonner avec des expériences communes, aidant à élargir la compréhension de la Création Délibérée.
Perspective du lecteur	Les lecteurs peuvent se sentir déconnectés de certains exemples en raison de défis personnels, mais ils sont encouragés à poursuivre leur lecture pour mieux comprendre l'alignement vibratoire.
Objectif des exemples	L'objectif est de fournir des outils pour un alignement personnel avec les désirs, permettant aux lecteurs de trouver leur propre chemin.

Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise

Dans ce chapitre, les auteurs présentent divers exemples illustrant comment les individus peuvent souvent se retrouver en désaccord avec leurs propres désirs sur plusieurs sujets. Ces sujets incluent :

Désirs et alignement



-

Corps physique

: Comprendre vos désirs liés à la santé et au bien-être.

-

Relations

: Explorer des moyens d'améliorer les liens avec les autres.

-

But de la vie

: Identifier et poursuivre vos véritables intentions.

-

Emploi financier

: Chercher un alignement avec les aspirations financières.

-

Événements mondiaux

: Naviguer dans les sentiments concernant des questions sociétales plus larges.

Importance des exemples variés

Les exemples fournis sont tirés de la conscience des individus et visent à présenter des scénarios qui résonnent avec des expériences humaines communes. Les lecteurs peuvent trouver certains exemples plus pertinents que d'autres, mais s'engager avec une variété de scénarios élargit



la compréhension de la Science de la Création Délibérée.

Perspective du lecteur

Les auteurs reconnaissent que certains lecteurs peuvent ressentir un décalage avec certains exemples, notamment lorsqu'ils font face à des défis personnels. Un lecteur confronté à une question sérieuse peut trouver des sujets plus légers frustrants. Cependant, ils encouragent les lecteurs à persévérer, car cela favorise une compréhension plus profonde de l'alignement vibratoire.

Objectif des exemples

L'objectif de partager ces exemples n'est pas de dicter des désirs mais de servir d'outils facilitant l'alignement personnel avec ses propres désirs. Le chapitre vise à responsabiliser les lecteurs pour qu'ils trouvent leur propre voie vers l'alignement et la compréhension.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Exemple

Point clé: Comprendre l'importance de l'alignement émotionnel avec vos désirs mène à une vie plus épanouissante.

Exemple: Imaginez vous réveiller chaque jour en vous sentant énergisé et enthousiaste à propos de vos objectifs santé, sachant exactement ce dont votre corps a besoin pour se nourrir, plutôt que de lutter avec des envies contradictoires. Visualisez-vous en train d'interagir librement avec vos proches, où chaque conversation est empreinte de joie et de connexion, reflétant les valeurs profondes que vous chérissez dans vos relations. Imaginez poursuivre votre but de vie comme un voyage rempli de découvertes et d'excitation, vous motivant à agir avec inspiration vers vos passions au lieu de vous sentir perdu ou insatisfait. Envisagez que vos aspirations financières s'alignent parfaitement avec vos efforts, où l'univers semble conspirer en votre faveur, et vous attirez les opportunités avec aisance. En naviguant à travers vos sentiments sur le monde, réfléchissez à la manière dont relâcher la résistance vous permet de répondre aux problèmes sociétaux avec compassion et clarté plutôt qu'avec peur. En fin de



compte, aligner vos émotions avec vos véritables désirs vous permet de lâcher prise sur les luttes et d'accepter le flux naturel de la vie.

Chapitre 12 Résumé : Exemple 1 -- J'ai reçu un diagnostic effrayant

Résumé du Chapitre 12 : Le fabuleux pouvoir des émotions

Comprendre les Émotions dans les Situations de Santé

Face à un diagnostic effrayant, il est naturel de ressentir de la peur, ce qui indique que l'on se dirige à contre-courant—vers une santé peu désirée. Au lieu de céder à des pensées effrayantes ou à des regrets concernant des actions passées, concentrez-vous sur le fait de savoir si vos émotions vous orientent vers l'amélioration (dans le bon sens) ou loin d'elle (dans le mauvais sens).

La Direction des Pensées

Évaluer vos pensées peut révéler si elles sont dans le bon sens ou dans le mauvais sens. Par exemple, des pensées



comme "C'est un diagnostic inquiétant" ou "J'aurais dû mieux prendre soin de moi" sont dans le mauvais sens, tandis que des affirmations telles que "Je peux surmonter cela" ou "Je triompherai" restent également focalisées dans le mauvais sens. Reconnaissez que l'essence de ces pensées est encore ancrée dans la résistance.

L'Art de Permettre le Bien-Être

Reconnaître que la plus grande partie de vous a déjà atteint le bien-être permet un flux plus naturel vers la guérison. Les pensées qui favorisent le bien-être—comme "L'amélioration est naturelle"—aident à diminuer la résistance et à progresser dans le bon sens, favorisant ainsi un soulagement émotionnel.

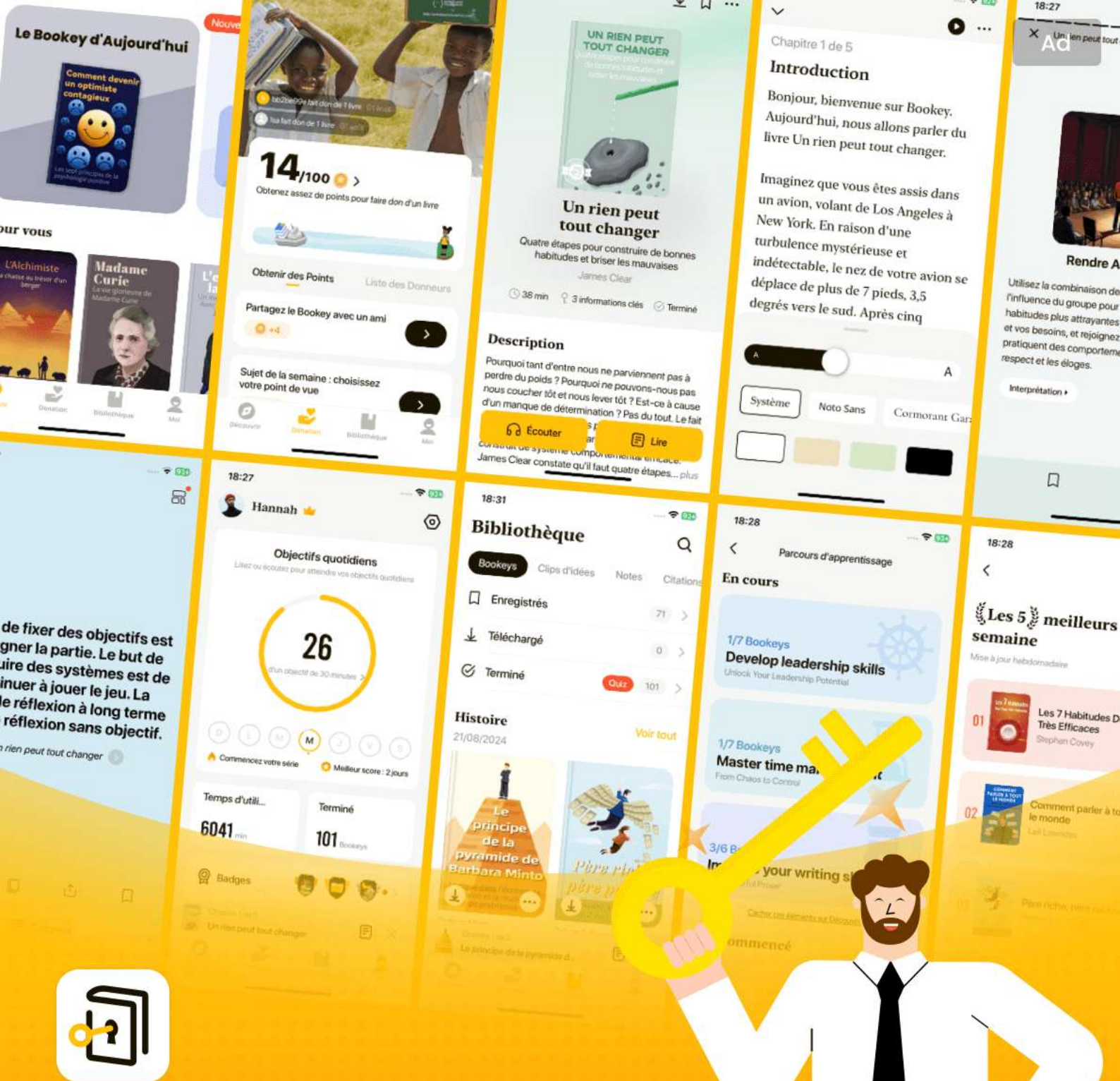
Le Délai de Guérison

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 13 Résumé : Exemple 2 -- Je ne peux pas perdre du poids

Résumé du Chapitre 13 - Le fabuleux pouvoir des émotions

Exemple de luttes pour perdre du poids

Le chapitre commence par un exemple illustrant la frustration que ressent une personne en surpoids. Malgré des régimes stricts et de l'exercice, l'individu trouve difficile de maintenir un poids sain, ce qui entraîne des sentiments d'impuissance et de découragement.

Le concept de création délibérée

Le message clé est que créer un changement, comme perdre du poids, ne repose pas uniquement sur l'action. Au contraire, il souligne l'importance d'aligner son énergie et ses pensées. Bien que des actions telles que le régime et l'exercice semblent efficaces, elles échouent souvent si elles



proviennent de vibrations négatives. Le véritable changement commence par l'alignement de l'énergie positive plutôt que par des efforts physiques uniquement.

Escrow vibratoire et désir

Le chapitre explique que les expériences de découragement reflètent un décalage entre les pensées actuelles sur leur corps et leurs désirs d'amélioration. Des sentiments positifs peuvent inspirer l'action, tandis que les sentiments négatifs créent de la résistance. Reconnaître ce décalage peut aider les individus à comprendre qu'ils ont le pouvoir de changer leur alignement vibratoire, ce qui est essentiel pour réussir.

Changer les pensées négatives

L'auteur encourage les lecteurs à se concentrer sur la façon de percevoir leur corps différemment, en suggérant de modifier leurs pensées des affirmations négatives vers des pensées plus positives, facilitant ainsi une transition vers des habitudes et résultats bénéfiques.

Comprendre les choix



Il discute de la manière dont il existe des choix subtils disponibles à tout moment — entre se sentir légèrement mieux ou pire — plutôt que des changements drastiques. Ces petits ajustements, comme choisir des pensées qui font du bien, ont un impact significatif sur l'alignement vibratoire et la création de résultats souhaités.

Revisiter les situations

Un exemple fourni illustre un scénario dans un centre commercial, où des sentiments de gêne déclenchent des pulsions indésirables, mettant en évidence comment les émotions dictent les actions. Il souligne que peu importe si l'on cède ou résiste à la tentation, l'état vibratoire est le véritable déterminant des résultats.

Vibration contre action

Enfin, le chapitre conclut en répétant que le véritable changement provient de l'alignement avec ses désirs, et non seulement des actions entreprises. Savourer la nourriture en étant aligné crée une expérience positive plutôt qu'une expérience ancrée dans la culpabilité ou la frustration.



Le point clé

Le thème central souligne que l'alignement émotionnel est plus crucial que les actions effectuées. Se sentir positif envers soi-même mène à de meilleurs choix, et finalement, atteindre ses désirs devient un flux, plutôt qu'une lutte.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pensée critique

Point clé: L'alignement émotionnel prime sur l'action pour atteindre des résultats souhaités.

Interprétation critique: L'idée selon laquelle 'l'alignement émotionnel' est crucial pour réussir dans la perte de poids et la santé est convaincante ; cependant, il est essentiel de remettre en question l'efficacité de s'appuyer uniquement sur l'état émotionnel sans aborder également les actions pratiques nécessaires. Des études empiriques, y compris celles publiées dans des revues telles que 'Health Psychology', suggèrent que bien que l'état d'esprit joue un rôle significatif, des comportements tangibles—comme une nutrition équilibrée et un exercice régulier—sont des composantes essentielles des changements de mode de vie. Par conséquent, on pourrait arguer que la perspective de l'auteur pourrait simplifier à l'excès la complexité du changement de comportement en mettant trop l'accent sur les états émotionnels plutôt que sur une approche équilibrée intégrant à la fois l'engagement émotionnel et physique.



Chapitre 14 Résumé : Exemple 3 - Mes enfants se battent constamment et cela me rend fou

Comprendre les relations interpersonnelles chez les enfants

Introduction au scénario

Un parent décrit les combats incessants entre ses deux enfants, un garçon de 12 ans et une fille de 13 ans. Bien qu'ils soient de bons élèves, leurs disputes constantes plongent les parents dans la frustration, car toutes les tentatives de gestion de leur comportement ont échoué.

La nature de la co-crédation

Le texte souligne qu'essayer de changer les autres ne mène pas à des résultats positifs dans les relations. Avoir le contrôle sur le comportement d'autrui est impossible ; cela engendre insatisfaction et perte de liberté personnelle.



L'accent doit être mis sur son propre alignement et son état émotionnel, plutôt que d'essayer de modifier les actions des enfants ou des autres.

S'aligner sur ses désirs personnels

Reconnaître les frustrations liées au comportement des enfants est essentiel. Le véritable problème réside dans le manque d'alignement entre les sentiments du parent et ses propres désirs d'harmonie relationnelle. Le texte encourage les parents à se réaligner sur leurs désirs plutôt que d'essayer de contrôler leurs enfants, en proposant que le bonheur personnel et l'efficacité des parents soient renforcés par cet alignement.

Passer de la résistance au soulagement

Le chapitre décrit un processus « en amont » vers « en aval », mettant en lumière comment les parents peuvent changer leur focus des sentiments négatifs concernant le comportement de leurs enfants vers des pensées qui induisent du soulagement. Cela implique de reconnaître les pensées négatives et de les remplacer progressivement par des affirmations plus positives et valorisantes au sujet des enfants et de leur



relation.

Exemples de changements positifs

Le texte fournit des exemples d'affirmations qui aident à se diriger vers le soulagement, comme reconnaître la normalité des disputes entre enfants, comprendre leurs besoins émotionnels, et choisir de détacher ses émotions négatives personnelles des chamailleries de leurs enfants.

Conclusion et conseils

En fin de compte, le chapitre suggère que l'alignement personnel avec ses désirs et la gestion consciente de ses pensées permettent aux parents d'influencer positivement le comportement de leurs enfants, sans contrôle direct. Les conseils se concentrent sur la conscience de soi, la régulation émotionnelle et la compréhension des dynamiques familiales comme des opportunités de croissance personnelle et de création délibérée.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pensée critique

Point clé: L'idée que le contrôle mène à l'insatisfaction

Interprétation critique: Le chapitre soutient que les parents ne devraient pas essayer de contrôler le comportement de leurs enfants, car cette approche peut conduire à la frustration et à une perte de liberté personnelle. Cependant, on pourrait critiquer ce point de vue en considérant la nécessité d'une guidance et d'une discipline parentales pour favoriser des comportements sains. L'affirmation selon laquelle se concentrer sur l'alignement émotionnel personnel et la pensée positive peut remplacer une intervention directe peut négliger les complexités des besoins développementaux des enfants et les conséquences potentielles d'un manque de structure. Les recherches montrent qu'un parenting efficace nécessite souvent un équilibre entre permettre l'autonomie et fournir de la guidance (Baumrind, 1991). Ainsi, bien que l'alignement émotionnel soit important, il peut ne pas suffire à favoriser des comportements constructifs chez les enfants en tout temps.



Chapitre 15 Résumé : Exemple 4 -- Je suis totalement désorganisé

Résumé du Chapitre 15 : Le fabuleux pouvoir des émotions

désorganisation et paralysie émotionnelle

Le chapitre présente un scénario où un individu se sent accablé par le désordre et la désorganisation dans sa vie. Malgré son intention de s'organiser, il a du mal à agir, se sentant souvent paralysé et craintif à l'idée de se débarrasser d'objets qu'il pourrait regretter plus tard.

Dynamique de la Loi de l'Attraction (LOA)

L'auteur explique le rôle de la Loi de l'Attraction (LOA) dans cette situation, soulignant que le sentiment d'accablement provient du fait de se concentrer sur le désordre, ce qui entraîne un état émotionnel négatif. Au lieu de s'attaquer directement au désordre, il est conseillé à l'individu



d'améliorer d'abord son état émotionnel.

Changement de Perspectives

Le texte suggère que, plutôt que de faire des déclarations négatives et auto-critiques sur leur situation, les individus devraient se concentrer sur des affirmations positives qui favorisent le soulagement et l'acceptation de soi. Ce changement d'état d'esprit peut entraîner un changement d'énergie et un plus grand sentiment d'alignement avec son être intérieur.

Affirmations Positives et Réalignement

Le chapitre souligne l'importance des déclarations positives, telles que la reconnaissance de la joie à poursuivre des intérêts et la compréhension que l'accumulation d'objets liés à ces intérêts est naturelle. En choisissant des affirmations qui

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

- Brand
- Leadership & collaboration
- Gestion du temps
- Relations & communication
- Know
- Stratégie d'entreprise
- Créativité
- Mémoires
- Argent & investissements
- Positive Psychology
- Entrepreneuriat
- Histoire du monde
- Communication parent-enfant
- Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 16 Résumé : Exemple 5 -- Mon ancien partenaire ment sur moi

Résumé du Chapitre 16 : Mon ancien partenaire ment sur moi

Vue d'ensemble de la situation

Une femme partage ses luttes après son divorce avec son ex-mari, avec qui elle partage la garde de leur fille de 10 ans. Après leur séparation, elle s'inquiète des commentaires négatifs que son ex-mari tient à son sujet, craignant qu'ils n'affectent sa relation avec leur enfant.

Défis des relations post-divorce

- Même après le divorce, les relations avec les anciens partenaires persistent et peuvent rester difficiles.
- La séparation ne garantit pas un soulagement émotionnel ; des sentiments négatifs demeurent souvent.
- Le défi réside dans la redéfinition de ses émotions et de ses



perspectives sur les anciens partenaires.

L'importance de la croissance émotionnelle

- Reconnaître que les relations passées, même les plus difficiles, favorisent la croissance personnelle est essentiel.
- L'évolution positive provient de l'alignement avec de meilleures émotions plutôt que de la résistance ou du sentiment d'impuissance face aux émotions négatives.

Mesures pour un soulagement émotionnel

1.

Commencez là où vous êtes

: Reconnaître les sentiments actuels.

2.

Changez vos pensées

: Concentrez-vous progressivement sur des pensées plus positives, en commençant par de légers améliorations de l'état émotionnel.

- Des exemples incluent exprimer un soulagement de ne plus vivre ensemble ou reconnaître des décisions mutuelles.

3.

Laissez tomber la défensive



: Cessez d'essayer de justifier ou de défendre sa position concernant la relation passée.

4.

Concentrez-vous sur l'avenir

: Priorisez les interactions positives pour le bien de la coparentalité et le bien-être de l'enfant.

Trouver une résolution

- La constance dans la recherche de pensées amenant du mieux sentimental conduit à un alignement émotionnel et à un soulagement éventuel.
- Avec le temps, des sentiments négatifs intenses peuvent diminuer, non pas à cause de changements chez l'ex-partenaire mais grâce à la croissance émotionnelle personnelle et à l'alignement vibratoire.

Conclusion

En fin de compte, parvenir à un sentiment de paix concernant les relations passées permet aux individus d'embrasser leur croissance et de réduire les conflits, menant à une dynamique de coparentalité améliorée et à un bien-être émotionnel.



Chapitre 17 Résumé : Exemple 6 -- Mon Mari Me Dit Comment Conduire

Résumé du Chapitre 17 : Dynamiques de Conduite dans les Relations

Conduite et Co-Création

Ce chapitre aborde les dynamiques de conduite entre un mari et sa femme, soulignant le sentiment d'inconfort de la femme dû aux suggestions constantes de son mari alors qu'elle conduit. Elle reconnaît sa capacité en tant que conductrice, mais elle a le sentiment que son autonomie est compromise par ses interventions, provoquant agitation et désalignement.

Le Cycle de Désalignement

La femme admet que leur situation est une co-crédation, résultant d'un incident passé où son mari lui a donné des conseils utiles. Cependant, les suggestions continues perturbent ses instincts naturels de conduite, entraînant



hésitation et inefficacité au volant. Cela crée un cycle où son inconfort engendre davantage de suggestions de la part de son mari, renforçant le désalignement.

Explorer des Solutions

Bien que des conseils externes puissent suggérer de faire des tours de conduite ou d'éviter la situation, le chapitre souligne l'importance du changement interne dans ses ressentis envers la dynamique. Plutôt que de se concentrer sur le changement du comportement de son mari, elle est encouragée à s'aligner sur son moi intérieur pour influencer positivement la situation.

Autonomisation par la Perspective

Le récit insiste sur le concept d'autonomisation par le biais des pensées. En regardant sa situation de manière positive, elle peut influencer ses sentiments et expériences.

Reconnaissant qu'elle ne peut pas contrôler les actions des autres, le chapitre plaide en faveur de l'adoption de "pensées en déval" qui améliorent son sentiment d'autonomie.

Vers de Meilleures Émotions



La section se termine par des stratégies pour améliorer son état émotionnel. En déplaçant consciemment ses pensées sur le comportement de son mari, elle peut transformer son expérience de conduite. Les suggestions incluent la reconnaissance de la valeur du travail d'équipe, l'appréciation de l'intérêt de son mari et l'affirmation de ses compétences en tant que bonne conductrice—favorisant en fin de compte l'harmonie dans leurs expériences de conduite partagées.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 18 Résumé : Exemple 7 -- Je ne suis pas heureux au travail

Résumé du Chapitre 18 : Je ne suis pas heureux au travail

Aperçu de la situation

Ce chapitre présente un scénario où un employé exprime son insatisfaction au sein d'une petite entreprise familiale. Bien qu'il performe bien et aime certains aspects de son travail, il se sent dévalué par des collègues qui ne cherchent pas à réaliser leur potentiel, ce qui engendre le désir de partir.

Dynamiques émotionnelles

La lutte de l'employé met en lumière un schéma où ses observations négatives au travail influencent son état vibratoire, attirant des expériences similaires dans de futurs emplois. La Loi de l'Attraction (LOA) renforce l'idée que se concentrer sur des situations indésirables continue d'en



engendrer d'autres du même type, entraînant un cycle d'insatisfaction.

Perspective transformative

En reconnaissant que les émotions négatives signalent une déconnexion d'avec son Être Intérieur, l'employé est encouragé à déplacer son focus. Observer ce qu'il ne veut pas aide simultanément à clarifier ce qu'il désire, créant ainsi un 'escrow' vibratoire pour un environnement de travail amélioré.

Processus en amont/aval

Pour réaligner ses pensées, l'employé est conseillé d'identifier et de se concentrer sur des pensées plus bénéfiques. Les sentiments initiaux de frustration sont reconnus comme naturels. mais l'objectif est d'assouplir leur emprise et de

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorberez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 19 Résumé : Exemple 8 -- Mon Mari et Mon Fils Adolescent Ne S'entendent Pas

Résumé du Chapitre 19 : Mon Mari et Mon Fils Adolescent Ne S'entendent Pas

Aperçu de la Situation

Une femme fait face à une dynamique familiale difficile où son fils adolescent et son mari actuel ne s'entendent pas. Bien qu'il n'y ait pas d'hostilité ouverte, il y a une lutte de pouvoir constante entre eux, conduisant la femme à se sentir déchirée entre leurs attentes et comportements différents.

Points Clés

-

Dynamiques Relationnelles

: Les relations évoluent souvent vers des rôles où une partie assume le pouvoir et l'autre se soumet. Dans ce scénario, le



fils a pris un rôle dominant tandis que la mère se retrouve en position soumise. L'entrée du mari a perturbé cet équilibre, créant des tensions.

-

Dilemme de Plaire aux Autres

: Tenter de satisfaire les deux individus conduit à un inconfort et à un échec à plaire à l'un ou l'autre. La solution réside non pas dans le fait de répondre aux exigences de chacun, mais de se concentrer sur son propre alignement et bonheur.

-

Alignement Émotionnel

: Le texte souligne l'importance de l'alignement émotionnel personnel. Au lieu de gérer les attentes des deux membres de la famille, la mère est encouragée à prioriser ses propres sentiments et à s'aligner avec son Être Intérieur. Ce changement peut initialement perturber le statu quo, mais finira par favoriser une dynamique plus saine.

Étapes Pratiques pour Amélioration

1.

Changer de Perspective



: Identifier et transformer les déclarations négatives sur la situation en affirmations plus positives pour améliorer l'état émotionnel.

2.

Chercher des Déclarations de Soulagement

: Se concentrer sur des déclarations qui apportent soulagement et compréhension des perspectives du fils et du mari, sans assumer une responsabilité excessive dans leurs relations.

3.

Accepter l'Indépendance

: Reconnaître le désir naturel d'indépendance chez les enfants et permettre cette évolution dans la dynamique familiale.

4.

Influence Personnelle

: En maintenant son bien-être personnel et une attitude positive, la mère peut influencer la situation sans essayer de la contrôler. Se sentir bien peut être contagieux et mener à un foyer plus harmonieux.

5.

Effort Continu

: Continuer à pratiquer des pensées positives et



constructives, tout en maintenant l'alignement pour favoriser un environnement de soutien et un bonheur personnel.

Conclusion

Le chapitre souligne l'importance de prioriser le bien-être émotionnel personnel pour naviguer dans des relations familiales compliquées. En alignant ses pensées et ses sentiments, les individus peuvent influencer positivement leurs interactions avec les autres sans céder aux pressions des attentes conflictuelles.



Exemple

Point clé:Préserver votre bien-être émotionnel

Exemple:Imaginez rentrer chez vous après une longue journée, accablée par la défiance de votre fils adolescent et la frustration de votre mari. Au lieu d'essayer de gérer leurs conflits, vous prenez une grande inspiration, vous rappelant que votre bonheur compte. Vous vous installez dans un coin tranquille, reconnaissant vos sentiments de stress et permettant à ceux-ci de se dissiper. Vous choisissez de vous concentrer sur des pensées qui vous élèvent : les moments de rire partagés avec votre fils ou la chaleur du sourire de votre mari. En cultivant un sentiment de paix et d'harmonie en vous, vous remarquez un léger changement dans l'atmosphère lorsque vous interagissez avec eux, créant des opportunités de connexion plutôt que de conflit.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pensée critique

Point clé: Le bien-être émotionnel avant l'équilibre relationnel

Interprétation critique: Hicks soutient qu'il est essentiel de donner la priorité à son alignement émotionnel, mais ce point de vue peut simplifier à l'excès les complexités des dynamiques familiales, négligeant les problèmes systémiques qui nécessitent une approche plus nuancée. Des critiques comme John Gottman et ses recherches sur la stabilité conjugale indiquent que la santé relationnelle dépend souvent d'une communication directe et de stratégies de résolution de conflits, suggérant que se concentrer uniquement sur les états émotionnels personnels peut ne pas suffire à traiter les tensions sous-jacentes inhérentes aux relations familiales.



Chapitre 20 Résumé : Exemple 9 -- Depuis que mon père est mort, je ne peux pas retrouver mon équilibre

Exemple de Deuil Émotionnel Après un Décès

Comprendre le Deuil

Une personne lutte contre une douleur intense après le décès de son père, bien qu'elle n'ait pas eu de relation proche depuis des années. Cette confusion provient des vibrations persistantes liées aux expériences passées et aux souvenirs émotionnels.

Nature Vibratoire de l'Être

Les humains sont décrits comme des êtres vibratoires, portant souvent des vibrations résiduelles de leur enfance. Les environnements passés et les influences parentales façonnent les vibrations actuelles, conduisant souvent les individus à entretenir des pensées en lien avec des expériences passées



plutôt qu'avec leur réalité présente.

Changer de Perspective Après un Décès

Le décès d'un parent peut faire passer l'attention du présent vers le passé, réactivant de anciennes vibrations qui entraînent des sentiments de déséquilibre. Cette désalignement provient d'une tendance à se concentrer sur des relations passées non résolues au lieu de profiter des expériences actuelles.

Développement Personnel et Équilibre

À mesure que les individus grandissent, leurs désirs et leurs vibrations évoluent. Toutefois, lorsqu'ils sont confrontés à une perte, il est courant de revenir à des pensées passées qui contredisent leur développement personnel, entraînant un malaise.

Naviguer dans les Réponses Émotionnelles

Reconnaître les émotions désagréables liées aux pensées en amont est crucial. Il est essentiel de chercher un soulagement en se concentrant sur des pensées qui dirigent vers un état



émotionnel plus positif.

Réévaluer les Relations

Le processus de deuil incite à revisiter les relations passées. Des pensées peuvent surgir, réfléchissant aux occasions manquées ou aux insatisfactions passées, conduisant à une exploration de l'équilibre émotionnel.

Trouver du Soulagement

S'engager avec des pensées qui favorisent le soulagement, l'acceptation et la gratitude pour les expériences passées peut mener à une guérison émotionnelle. Passer des pensées en amont à des perspectives plus positives en aval est essentiel pour retrouver l'équilibre.

L'Héritage de l'Enfance

La perte d'un parent incite souvent à réaliser sa propre mortalité et peut agir comme un catalyseur pour la réflexion personnelle et la croissance. Adopter un souvenir positif de l'enfance peut transformer les expériences passées en doux souvenirs.



Conclusion : Retrouver la Joie

Bien que les circonstances externes comme la mort échappent à notre contrôle, développer une habitude de privilégier des pensées positives peut conduire à une vie joyeuse. Mettre l'accent sur le bien-être émotionnel permet aux individus de naviguer dans le deuil et de reconnaître la valeur de leurs expériences tout en restant ancrés dans le présent.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Exemple

Point clé: Les émotions sont des vibrations qui peuvent être influencées par des relations passées.

Exemple: Imaginez-vous debout sur la tombe de votre père, ressentant une vague de tristesse vous submerger. Même si vous ne vous étiez pas parlé depuis des années, les souvenirs affluent dans votre esprit, suscitant des sentiments que vous pensiez avoir enterrés. Cela illustre comment des émotions non résolues peuvent ressusciter de vieilles vibrations, vous rappelant que même les relations les plus lointaines façonnent encore qui vous êtes aujourd'hui. Chaque pensée résonne, vous guidant à travers les complexités du deuil tout en vous encourageant à orienter votre perspective vers des souvenirs positifs et l'auto-guérison.



Chapitre 21 Résumé : Exemple 10 -- Je suis un adolescent

Le dilemme des adolescents avec leurs parents

Présentation

Un adolescent exprime des sentiments de frustration face à la vie à la maison avec des parents trop protecteurs. Leur surveillance constante engendre un désir d'indépendance tout en équilibrant la nécessité de poursuivre leur éducation.

Compréhension des perspectives

- L'adolescent se sent piégé par le comportement de ses parents, ce qui engendre un sentiment de culpabilité bien qu'il estime n'avoir rien fait de mal.
- Le récit suggère que les parents projettent souvent leurs propres expériences de vie sur leurs enfants, ce qui entraîne un besoin de contrôle sur les actions de l'enfant.



Autonomisation par la perspective

- Tous deux, parents et enfants, devraient reconnaître leurs rôles : il n'appartient pas à l'enfant d'adapter son comportement pour plaire aux parents, ni aux parents de modifier leur conduite pour l'enfant.
- L'accent doit être mis sur l'alignement personnel et le bien-être émotionnel plutôt que sur une tentative de changer les autres.

Stratégies de pensée positive

- L'adolescent devrait se concentrer sur des pensées qui lui apportent du bien-être, plutôt que de nourrir du ressentiment ou de la résistance face aux opinions des parents.
- Comprendre que l'enfant peut contrôler ses sentiments en ajustant ses pensées conduit à l'autonomisation et à la liberté.

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Ad



Scanner pour télécharger



★★★★★
22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!

Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !

Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !

Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !

adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique

Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey

Chapitre 22 Résumé : Exemple 11 -- Mon Ami Parle de Moi Dans Mon Dos

Résumé du Chapitre 22 : Mon Ami Parle de Moi Dans Mon Dos

Introduction à la Situation

Ce chapitre présente le scénario d'un élève de lycée qui se sent trahi par un ami de longue date qui répand des mensonges à son sujet. Cette situation entraîne des sentiments de paranoïa et de détresse alors qu'elle s'inquiète de ce que les autres pensent d'elle à cause des actions de son ami.

Reformuler les Questions

Les conseils donnés soulignent l'importance de décaler son attention de "pourquoi" l'ami se comporte de manière négative, suggérant que se concentrer sur cette question ne fait qu'allonger la souffrance. Au lieu de cela, l'accent doit



être mis sur la réponse personnelle et l'alignement intérieur.

Contrôle sur les Réactions

Au cœur des conseils se trouve l'idée que, bien que l'on ne puisse pas contrôler le comportement des autres, on peut gérer ses propres réactions. En alignant ses pensées avec ses vérités personnelles et ses sentiments positifs, on peut maintenir une harmonie intérieure malgré la négativité extérieure.

Le Pouvoir de l'Alignement

Atteindre un alignement avec son vrai soi conduit à un meilleur état émotionnel et peut contrer les effets des intentions négatives des autres. La loi de l'attraction (LOA) garantit que les vibrations positives attirent de bonnes expériences, indépendamment de la négativité ambiante.

Comprendre le Comportement des Autres

Lorsqu'une personne ment, cela reflète son manque d'estime de soi. Le texte conseille que de vrais amis ne se livreraient pas à des comportements nuisibles et encourage les lecteurs à



se concentrer sur les attributs positifs des autres plutôt que sur leurs défauts.

Rediriger les Pensées pour Trouver du Soulagement

Le chapitre décrit comment rediriger doucement les pensées négatives vers des aspects plus positifs de la situation, permettant ainsi une voie de soulagement sans nier l'existence du problème. Par exemple, reconnaître que tout le monde ne croit pas aux rumeurs négatives aide à atténuer l'inquiétude.

Encouragement à la Croissance Personnelle

Les lecteurs sont encouragés à cultiver de bonnes pensées sur les relations et la bienveillance intrinsèque des individus. Cette pratique favorise non seulement le bien-être personnel, mais améliore également les interactions sociales globales.

Conclusion : Accueillir la Positivité

Les pensées finales soulignent l'acceptation de sa capacité à contrôler ses sentiments personnels, plutôt que d'essayer de contrôler les autres. Reconnaître les hauts et les bas de



l'amitié est essentiel, mais se concentrer sur la positivité aide à avancer sans crainte ni inquiétude.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 23 Résumé : Exemple 12 -- J'ai si peu d'argent sans amélioration en vue

Résumé du Chapitre 23 - Le fabuleux pouvoir des émotions

Comprendre l'inconfort financier

Ce chapitre traite des sentiments et des pensées entourant les difficultés financières, en soulignant que l'état émotionnel d'une personne peut varier même lorsqu'elle n'a pas d'argent. L'auteur illustre un scénario où un individu ressent le poids d'être à découvert, contrastant cela avec d'autres qui semblent plus en sécurité financièrement.

Le pouvoir de la perspective

Le texte aborde l'importance de la perspective dans l'expérience des émotions liées aux situations financières. Il met en évidence que les individus peuvent ressentir différentes émotions selon leur connaissance des



améliorations à venir, comme un salaire. Cependant, beaucoup se sentent souvent piégés par leurs circonstances, ce qui entraîne un désir de contrôler ces conditions.

Alignement vibratoire vs action physique

Il introduit le concept d'alignement vibratoire, suggérant que se concentrer moins sur des actions physiques et plus sur des schémas de pensée positifs peut fournir un levier significatif. L'inconfort des luttes financières peut servir de catalyseur pour le désir, provoquant un besoin de plus de sécurité financière et d'activités plaisantes génératrices de revenus.

Trouver du soulagement dans les émotions négatives

L'auteur souligne qu'il est crucial de trouver des pensées qui apportent même un léger soulagement. Reconnaître où l'on se trouve actuellement est la première étape pour transformer ses pensées vers le positif. Diverses affirmations et pensées sont fournies pour passer des sentiments négatifs concernant l'argent à des cadres mentaux plus positifs.

Entraîner votre vibration

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Le chapitre se termine sur l'idée que chercher constamment des pensées qui font du bien peut conduire à une transformation de la situation financière d'une personne. Il rassure les lecteurs en affirmant que le parcours allant d'une sensation de contrainte financière à l'atteinte de l'indépendance financière est réalisable grâce à des changements de mentalité et à la compréhension de la loi de l'attraction.

Objectif ultime

L'objectif ultime est de reconnaître que, bien que les situations financières actuelles puissent sembler limitantes, il n'y a pas de véritables restrictions. En soulignant que les expériences de vie de chaque personne aident à définir leurs objectifs, le chapitre encourage les individus à rechercher du soulagement et à adopter une mentalité ouverte à l'abondance et aux opportunités.



Pensée critique

Point clé: L'expérience subjective de l'inconfort financier peut influencer de manière significative les émotions et les perceptions individuelles.

Interprétation critique: Dans ce chapitre, Hicks soutient que l'expérience émotionnelle liée aux finances est davantage une question de perspective que de la situation réelle, suggérant que nous avons le contrôle grâce à la pensée positive. Bien que ce point de vue mette en avant le pouvoir de l'état d'esprit pour surmonter les obstacles, il peut être simpliste, surtout en tenant compte des études psychologiques indiquant que les conditions matérielles ont effectivement un impact sur le bien-être (par exemple, Kahneman & Deaton, 2010, « Un revenu élevé améliore l'évaluation de la vie mais pas la santé émotionnelle »). Il est essentiel pour les lecteurs de reconnaître que, bien qu'un état d'esprit positif soit bénéfique, les disparités économiques structurelles doivent également être abordées pour créer un bien-être financier durable.



Chapitre 24 Résumé : Exemple 13 -- Je Ne Trouve Pas de Partenaire

Résumé du Chapitre 24 : "Le fabuleux pouvoir des émotions"

Comprendre les Désirs Relationnels

Un homme exprime sa frustration face à sa difficulté de trouver le bon partenaire, malgré son fort désir d'une relation significative. Il ressent des émotions négatives en raison de ses désirs non satisfaits et de la pression liée aux rencontres.

Les Dynamiques Émotionnelles dans les Rencontres

1.

Désirs vs. Réalité :

- De forts désirs entraînent de fortes émotions. Des sentiments négatifs apparaissent lorsqu'on pense qu'il est impossible d'atteindre ses désirs.



- Un manque de préoccupation pour un résultat engendre l'absence d'émotion négative (par exemple, l'indifférence envers une connaissance lointaine).

2.

Attente Positive :

- Se concentrer sur des résultats positifs peut attirer le bon partenaire. Un attachement excessif à une personne spécifique peut mener à la déception et à un décalage par rapport à ses véritables désirs.

Une Approche Ludique des Relations

- Adopter une perspective légère et ludique vis-à-vis des rencontres, plutôt que de traiter chaque interaction comme un engagement potentiel, peut conduire à des expériences plus agréables.

- Au lieu de se sentir accablé par la recherche de "l'élite".

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points



Échangez un livre



Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 25 Résumé : Exemple 14 -- Ma sœur et moi ne nous parlons plus

Résumé du chapitre 25 - Le fabuleux pouvoir des émotions

Comprendre les relations et le contrôle émotionnel

Le chapitre s'ouvre sur l'exemple d'une femme qui n'a pas parlé à sa sœur depuis plus d'un an en raison d'une dispute. Bien qu'elle souhaite se reconnecter, elle craint de retomber dans des émotions négatives. Le texte illustre que, même si les gens désirent l'amour, l'appréciation et la compréhension, ils ne peuvent pas contrôler les sentiments des autres. Au lieu de cela, le pouvoir d'aimer et d'apprécier réside en soi.

L'impact des émotions sur l'alignement personnel

Il est souligné que s'accrocher à la colère et au ressentiment éloigne les individus de leur véritable alignement avec leur Être Intérieur, qui incarne essentiellement l'amour. Lorsque



les gens sont piégés dans des émotions négatives, ils croient souvent à tort que les autres ont le contrôle sur leur bonheur. Le chapitre soutient qu'il est crucial de reconnaître cette méprise et de retrouver son pouvoir personnel en gérant ses pensées et ses émotions.

Choisir l'amour plutôt que le ressentiment

Le récit conseille que, quel que soit les circonstances extérieures ou le comportement des autres—qu'il s'agisse d'un membre de la famille ou de toute autre personne—la seule réponse valable est celle de l'amour et de l'appréciation. Cela implique de changer de focalisation, passant des sentiments négatifs à la reconnaissance de son propre besoin d'alignement personnel, plutôt que de rechercher la validation auprès des autres.

Trouver un soulagement face aux fardeaux émotionnels

Le chapitre encourage les lecteurs à se libérer des sentiments négatifs qu'ils portent depuis longtemps, reconnaissant que les détails des désaccords perdent souvent leur signification avec le temps. Il souligne que la véritable liberté provient du



contrôle de ses propres pensées et émotions, plutôt que d'essayer de réparer les relations de manière externe.

Le processus de transition émotionnelle

Pour les personnes ayant des relations tendues, le texte suggère de commencer par de petits pas, en reconnaissant les sentiments de soulagement et en réalisant le désir d'un état émotionnel positif. Il conseille de maintenir un état d'esprit positif pour faciliter la guérison émotionnelle progressive, en incitant les lecteurs à se plonger dans de bonnes émotions avant d'agir en conséquence.

Conclusion : Prioriser l'alignement personnel

En fin de compte, le chapitre clarifie que l'objectif n'est pas de réparer les relations pour le bien des autres, mais d'atteindre un alignement personnel et un bien-être émotionnel. En se concentrant sur l'alignement personnel à travers des pensées qui font du bien, une personne peut naturellement attirer des circonstances et des relations améliorées qui reflètent son nouvel état émotionnel.



Pensée critique

Point clé: L'accent mis sur l'autonomisation dans la gestion des émotions peut conduire à une vision peut-être trop simpliste des relations complexes.

Interprétation critique: Bien que Hicks plaide en faveur de la priorisation de l'alignement personnel et du contrôle émotionnel, de tels conseils peuvent, sans le vouloir, minimiser les dynamiques complexes des relations interpersonnelles. L'idée que les individus peuvent entièrement changer leurs états émotionnels de manière autonome ne tient pas compte de la réalité selon laquelle les relations impliquent souvent des expériences partagées et des facteurs externes. Les critiques, comme le montrent les travaux de théoriciens relationnels tels que John Gottman, soutiennent que des relations saines nécessitent une compréhension et une communication mutuelles, remettant ainsi en question le point de vue unique de Hicks sur le changement émotionnel initié soi-même.



Chapitre 26 Résumé : Exemple 15 -- Mon Partenaire me Contrôle et je me Sens Étouffé

Résumé du Chapitre 26 : Le fabuleux pouvoir des émotions par Esther Hicks

Exemple de Sentiment d'Étouffement dans les Relations

Ce chapitre présente un exemple où une personne se sent étouffée dans une relation amoureuse à cause de l'implication intense de son partenaire dans chaque aspect de sa vie. Bien qu'ils semblent compatibles, cette personne aspire à plus de liberté et d'autonomie, réalisant que son bonheur semble lié aux actions et à l'état émotionnel de son partenaire.

Contrôle de Ses Propres Pensées

Le texte souligne que le bonheur personnel est largement déterminé par ses propres pensées plutôt que par les



comportements des autres. Il soutient que chercher à contrôler le bonheur de quelqu'un d'autre conduit à des sentiments d'impuissance et peut créer une dépendance, entraînant moins de bonheur global pour les deux personnes impliquées.

La Fallacie d'Essayer de Plaire aux Autres

Au départ, les relations peuvent prospérer sur l'admiration mutuelle et l'effort de plaire à l'autre. Cependant, lorsque les individus privilégient le fait de plaire aux autres au détriment de leur propre alignement, cela crée une tension et du malheur. Plus on essaie d'apporter du bonheur à l'autre par ses actions, plus cela peut engendrer du malheur, car cela établit une dépendance à des facteurs externes.

Scénarios Illustrant la Dynamique des Relations

Quatre scénarios illustrent comment une personne peut soit nourrir, soit perturber le bonheur de son partenaire en fonction de son propre état émotionnel :

1. Lorsque les deux individus sont en alignement, le bonheur est mutuel.
2. Remarquer le malheur de son partenaire mène à un



désalignement et à une détresse personnelle.

3. Tenter de remonter le moral d'un partenaire peut créer une dépendance, diminuant son indépendance et son bonheur.

4. En se concentrant sur son propre bonheur et bien-être, une influence positive peut être exercée sur le partenaire, bien que la responsabilité ultime de son bonheur lui revienne.

Encourager l'Indépendance et l'Alignement Personnel

Le texte insiste sur l'importance d'encourager son partenaire à maintenir son propre alignement pour favoriser un bonheur authentique. Être aimant et soutenant devrait découler de son propre bien-être émotionnel plutôt que d'une tentative de combler un vide pour une autre personne.

Trouver de Meilleures Pensées

Le chapitre conclut par des conseils sur la façon de naviguer dans les sentiments d'étouffement en déplaçant son attention vers des pensées et des affirmations positives, en reconnaissant son autonomie personnelle et en comprenant que le bonheur individuel peut contribuer à renforcer le bonheur des deux partenaires dans une relation. Cette



perspective promeut une approche axée sur l'équilibre vibratoire personnel, permettant à la Loi de l'Attraction de jouer son rôle sans se surcharger de l'état émotionnel de l'autre.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 27 Résumé : Exemple 16 -- Je prends un divorce et je me sens perdue

Résumé du Chapitre 27 : Je prends un divorce et je me sens perdue

Introduction au chagrin et aux relations

Ce chapitre illustre l'expérience d'une femme confrontée à un bouleversement émotionnel suite à la décision de son mari de divorcer après dix ans de mariage. Malgré des problèmes sous-jacents, elle se sent prise au dépourvu et perdue.

Comprendre la douleur émotionnelle

Les auteurs soulignent que la douleur du chagrin ne provient pas uniquement de la perte en elle-même, mais d'une contradiction vibratoire entre les sentiments actuels et l'état émotionnel désiré. Le départ de son mari met en évidence un décalage avec l'entier de ses propres créations vibratoires — sa relation idéale qu'elle a subconsciemment façonnée tout au



long de sa vie.

Le rôle de l'entier vibratoire

Les lecteurs sont rappelés que l'essence de leurs relations idéales existe dans leur entier vibratoire, qui n'est pas affecté par les actions des autres. Ainsi, l'accent doit être mis sur la réharmonisation avec ses propres créations vibratoires plutôt que sur l'absence du partenaire.

Responsabilité personnelle pour le bonheur

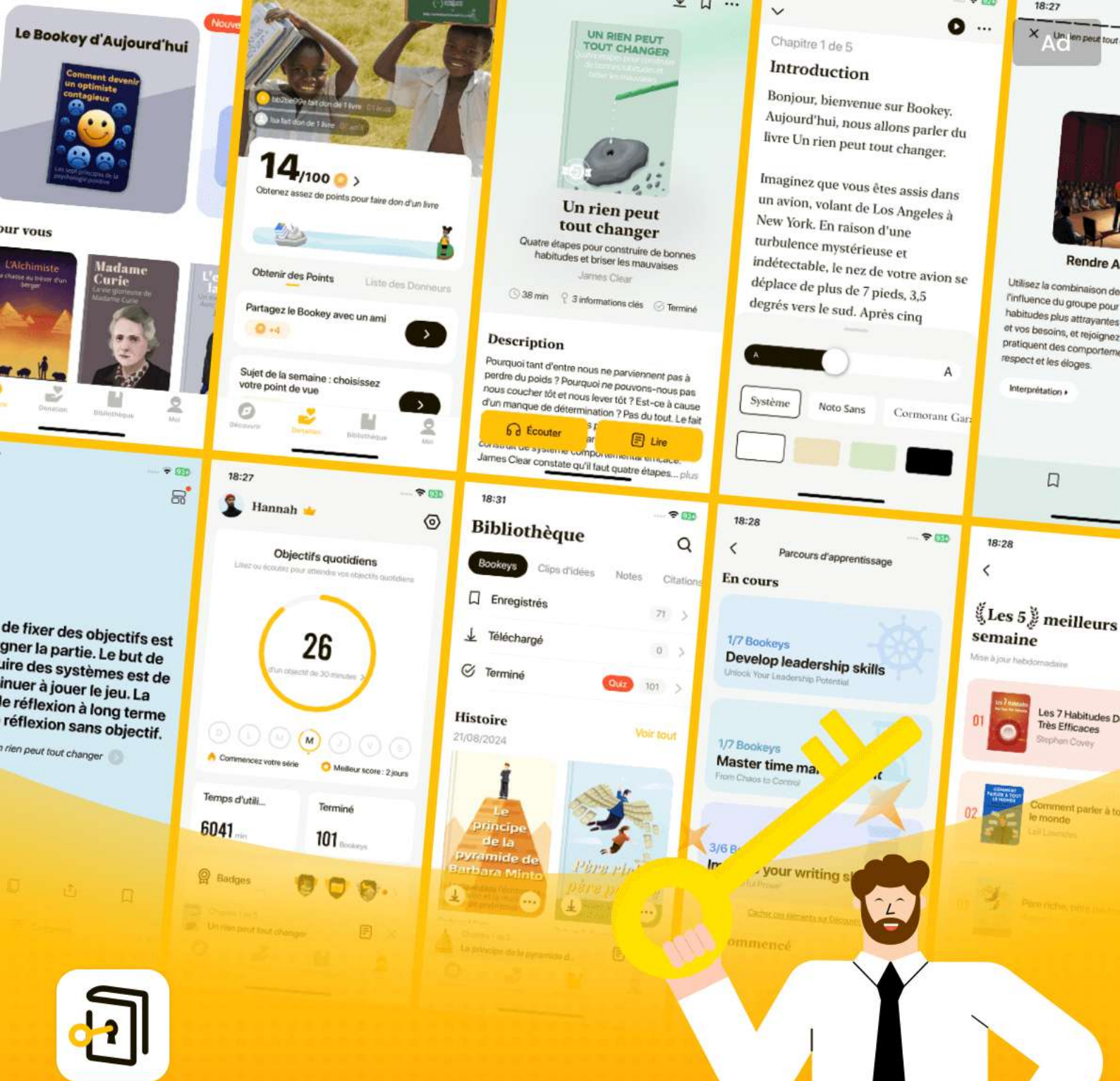
Le texte aborde le danger de compter sur les partenaires pour être heureux. La dynamique idéale consiste en des partenaires qui assument pleinement la responsabilité de leurs propres émotions, conduisant à des relations plus saines où chaque individu fleurit indépendamment.

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 28 Résumé : Exemple 17 -- Mes Enfants N'ont Aucun Respect Pour Moi

Résumé du Chapitre 28 - "Le fabuleux pouvoir des émotions"

Introduction aux Dynamiques Familiales

- Le chapitre commence par les difficultés auxquelles fait face un parent célibataire élevant trois filles adolescentes irrespectueuses.
- Le parent se remémore une époque où ses filles étaient plus obéissantes, soulignant le changement dans la dynamique familiale.

Comprendre le Contrôle vs. la Création

- Le texte explore la misconception selon laquelle les parents peuvent et doivent contrôler le comportement de leurs enfants.
- Il souligne l'importance de reconnaître la nature créative



indépendante et le bien-être émotionnel des enfants.

- Les parents ne devraient pas chercher à contrôler, mais plutôt à guider, en permettant aux enfants d'explorer leurs propres expériences.

La Relation Parent-Enfant

- Le chapitre identifie les problèmes fondamentaux dans les relations parent-enfant comme étant enracinés dans des états émotionnels désalignés.

- En décrivant les enfants comme des « êtres d'énergie positive pure », il soutient que les parents doivent d'abord se concentrer sur leur propre alignement émotionnel.

- Les parents ont besoin de maintenir leur connexion à leur propre Source d'Énergie pour soutenir efficacement leurs enfants.

Principes Clés pour les Parents

- Les parents ne sont pas les créateurs des expériences de leurs enfants.

- Les enfants possèdent leurs propres systèmes de guidance et un potentiel puissant.

- Les parents devraient aider les enfants à maintenir leur



propre connexion à la Source d'Énergie.

- Il est souligné que la douleur émotionnelle provient souvent d'une divergence entre les pensées présentes et celles de l'Être Intérieur.

Conseils pour les Enfants

- Les enfants sont responsables de la création de leurs propres expériences et ne devraient pas se sentir obligés de répondre aux attentes de leurs parents.
- Ils sont encouragés à rester connectés à leur énergie de Source, indépendamment du contrôle parental.

Se Diriger Vers des Alignements Émotionnels Positifs

- Le chapitre encourage les parents à se concentrer sur leurs pensées et sentiments concernant leurs enfants, plutôt que sur leurs comportements.
- Il suggère de trouver des pensées « en aval » qui se sentent mieux et favorisent le soulagement émotionnel.
- L'importance de se sentir plus léger et plus joyeux est soulignée, car cela a un impact positif sur les relations.



Conclusion : Transformer les Relations

- Bien qu'un seul exercice puisse ne pas résoudre tous les problèmes, aligner les pensées avec la Source peut transformer la dynamique parent-enfant.
- Un changement dans l'approche parentale peut atténuer la résistance, conduisant à des relations familiales plus harmonieuses.
- En fin de compte, le chapitre souligne l'importance d'un environnement aimant et respectueux pour que les parents et les enfants puissent prospérer.



Chapitre 29 Résumé : Exemple 18 -- Les gens volent mes idées créatives

Résumé du Chapitre 29 : Le fabuleux pouvoir des émotions

Introduction aux problèmes de vol créatif

Le chapitre commence par un écrivain freelance exprimant sa frustration face aux autres qui, prétendument, volent et reformulent ses idées créatives. L'écrivain ressent un certain agacement et une confusion face au manque de fierté chez les personnes qui plagient, ainsi qu'à la façon dont ce comportement brouille les concepts originaux.

Comparaison et contrôle

L'auteur met en avant la tendance humaine à comparer ses perspectives personnelles avec le comportement des autres, ce qui mène souvent à un désir de contrôler ces comportements. Ce combat est dépeint comme un problème



ancien tout au long de l'histoire humaine, indiquant qu'il n'existe pas une seule manière définitive de vivre.

Comprendre le flux des idées

Le récit passe à la reconnaissance qu'avant la naissance, les individus n'avaient pas l'intention d'éliminer les "mauvaises" idées mais plutôt de reconnaître que la diversité des idées est vitale pour la croissance et l'expansion. L'accent est mis sur la compréhension que s'accrocher trop fermement à ses propres points de vue peut bloquer le bien-être personnel.

Empowerment à travers l'alignement personnel

Il souligne l'importance de l'autonomie et affirme que le succès ou la paix d'une personne ne dépendent pas de l'accord des autres avec ses idées. Au contraire, atteindre la clarté et la joie personnelles est crucial, et il faut gouverner ses propres pensées et émotions plutôt que d'essayer de dicter les actions des autres.

Encouragement des vibrations positives

Le chapitre se termine sur une perspective optimiste



encourageant les lecteurs à relâcher le besoin de contrôler et à se concentrer sur leur propre alignement vibratoire. Une série d'affirmations est présentée pour guider les individus vers cet alignement, promouvant un sentiment d'unité et de soutien pour une élévation collective plutôt que de la compétition.

Dernières réflexions sur l'illimité

L'auteur exprime que la vraie joie vient de la compréhension de son propre potentiel illimité et de l'applaudissement des réalisations des autres, renforçant que le succès de l'un ne diminue pas celui de l'autre. Au contraire, l'univers est dépeint comme un espace de soutien pour que chacun puisse s'épanouir.



Chapitre 30 Résumé : Exemple 19 -- Ma mère a été diagnostiquée avec la maladie d'Alzheimer

Résumé du chapitre 30 : Faire face à la maladie d'Alzheimer

Comprendre les différentes perspectives

Le récit aborde les préoccupations d'une personne concernant le diagnostic d'Alzheimer de sa mère. Il souligne que les réactions émotionnelles des proches peuvent différer considérablement de l'expérience réelle de la personne diagnostiquée. Alors que le parent peut ressentir de l'inquiétude et du désespoir, la mère pourrait vivre un état émotionnel différent.

L'illusion de contrôle

Le chapitre explique l'inutilité de tenter d'inverser ou de contrôler la situation. La détresse découle du désir de voir les



proches conserver leurs capacités antérieures, mais les efforts pour induire une stimulation peuvent ne pas servir l'individu diagnostiqué. Au contraire, l'expérience de la mère est considérée comme une progression naturelle vers une autre phase de l'existence.

Trouver un équilibre émotionnel

L'auteur encourage les individus à rechercher leur équilibre émotionnel, indépendamment des conditions extérieures. La quête de joie ne devrait pas dépendre de l'amélioration des circonstances, mais plutôt de la recherche de pensées plus positives. L'amour inconditionnel consiste à maintenir un lien avec son vrai soi, quelles que soient les expériences.

Changer de perception

Le texte suggère de reconstituer la situation comme un

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

- Brand
- Leadership & collaboration
- Gestion du temps
- Relations & communication
- Know
- Stratégie d'entreprise
- Créativité
- Mémoires
- Argent & investissements
- Positive Psychology
- Entrepreneuriat
- Histoire du monde
- Communication parent-enfant
- Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 31 Résumé : Exemple 20 -- Mon personnel de bureau semble avoir du mal à s'entendre

Résumé du chapitre 31 : Mon personnel de bureau semble avoir du mal à s'entendre

Introduction

Ce chapitre aborde les difficultés d'un propriétaire de petite entreprise face aux conflits entre employés et aux défis de la gestion d'un personnel plus important. Il souligne l'importance de passer des problèmes aux solutions pour favoriser un meilleur environnement de travail.

Les défis de la croissance

- Le propriétaire exprime sa frustration face à l'augmentation des conflits entre employés à mesure que l'entreprise se développe.
- Il ressent un désir d'une opération plus petite, plus gérable,



où les connexions personnelles peuvent s'épanouir.

L'importance de la vibration

- L'auteur souligne que le succès d'une entreprise provient des vibrations de pensée du propriétaire plutôt que de ses actions seules.
- Se concentrer sur des pensées et des émotions positives peut produire de meilleurs résultats avec moins d'efforts.

Perspective de résolution de problèmes

- Les problèmes doivent être considérés comme des opportunités de croissance et d'expansion.
- S'engager positivement avec les problèmes permet leur résolution et encourage la croissance personnelle et professionnelle.

Les relations entre employés comme opportunités

- Les conflits parmi le personnel sont reformatés en occasions de créativité et de développement.
- Le propriétaire est encouragé à se concentrer sur les aspects positifs des employés plutôt que sur leurs plaintes.



Alignement avec les désirs

- Le bonheur et le succès en affaires sont liés à la recherche de pensées agréables plutôt qu'au contrôle du comportement des employés.
- Se concentrer sur les qualités positives attire plus de ces mêmes qualités, tandis que la négativité perpétue des traits indésirables.

Gestion de l'énergie

- Ce ne sont pas les détails de l'entreprise qui entravent le progrès, mais l'énergie et la concentration du propriétaire.
- En gérant son énergie personnelle et en cherchant à s'aligner avec les désirs professionnels, des employés plus capables peuvent être attirés pour relever les défis.

Encourager l'harmonie au travail

- Avec une perspective positive, les employés sont encouragés à résoudre leurs problèmes de manière constructive.
- La responsabilité du propriétaire réside dans le maintien de



son bonheur personnel plutôt que dans le contrôle des émotions du personnel.

Conclusion

Le chapitre se termine par un appel à adopter un environnement de soutien qui favorise le bien-être tant des employés que du propriétaire, menant à une entreprise harmonieuse et réussie. L'importance de cultiver une énergie positive et un état d'esprit constructif est soulignée comme essentielle pour la croissance et la satisfaction au travail.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 32 Résumé : Exemple 21 -- Mon mari pense que cette philosophie est ridicule et ne veut pas en entendre parler

Résumé du Chapitre 32 : Mon mari pense que cette philosophie est ridicule et ne veut pas en entendre parler

Introduction à la situation

Une personne exprime sa frustration face au scepticisme de son mari envers la philosophie de la Loi de l'Attraction (LOA). Malgré sa propre compréhension et application de la LOA pour améliorer sa vie, elle se sent freinée par les pensées négatives de son mari.

Comprendre la Loi de l'Attraction

L'essence de la LOA est que les pensées des autres n'influencent pas ses propres créations, à moins qu'on ne se concentre activement sur ces pensées. Lorsque l'individu



pense au scepticisme de son mari, elle adopte involontairement ces pensées négatives, ce qui perturbe sa propre trajectoire positive.

Créer sans consensus

Le chapitre souligne que la collaboration avec les autres n'est pas nécessaire pour la création personnelle. Les complications ne surviennent que lorsqu'on se concentre sur des pensées opposées des autres, ce qui mène à des sentiments de résistance. L'exemple du désir de déménager dans une nouvelle maison illustre que se concentrer uniquement sur ses désirs—plutôt que sur l'opposition extérieure—facilitera les résultats souhaités.

Désirs partagés et perspectives individuelles

Il est noté que les deux partenaires peuvent partager des désirs, même s'ils les expriment différemment. Dans le cas du logement, le mari a ses propres aspirations mais est limité par des préoccupations pratiques. Ce désir partagé contribue positivement au résultat, même s'il n'en a pas conscience.

Autonomisation dans la création



Un message clé est le pouvoir de la création individuelle sans avoir besoin de l'approbation des autres. Comprendre cela libère de la dépendance aux croyances et attitudes des autres. En se concentrant vers l'intérieur et en adoptant des pensées positives, on peut attirer les résultats désirés sans effort.

Éviter le ressentiment et création ciblée

Essayer activement de changer ou de réformer les croyances d'autrui peut créer du ressentiment et entraver son propre processus de création. L'accent doit rester sur les désirs personnels et sur l'utilisation des vibrations positives, indépendamment de l'attitude de l'autre.

Améliorer les schémas de pensée

Le chapitre fournit des affirmations et des schémas de pensée améliorés pour aider à déplacer le focus du doute et de la frustration vers l'autonomisation et la joie. Les exemples incluent la reconnaissance de la capacité à créer indépendamment et l'acceptation que les points de vue divergents n'entravent pas son succès.



Conclusion : Acceptation et co-création

Le chapitre se conclut sur la notion de coexistence et d'acceptation des perspectives différentes. Bien que l'individu puisse explorer ses propres désirs, elle peut toujours espérer que son partenaire comprendra éventuellement la LOA, soulignant l'amour et le respect dans leur relation au milieu de leurs parcours individuels.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 33 Résumé : Exemple 22 -- On me Considère Comme Vieux dans Cette Société

Résumé du Chapitre 33 : On me Considère Comme Vieux dans Cette Société

Introduction aux Perspectives sur le Vieillissement

Dans ce chapitre, une personne de 70 ans réfléchit à ses sentiments concernant le vieillissement, exprimant son malaise face à la représentation des personnes âgées dans la société, en particulier dans la comédie. Malgré les changements physiques, elle se sent mentalement jeune et croit avoir encore de nombreuses années joyeuses devant elle.

La Nature Éternelle de l'Être

Le texte met en lumière le contraste entre la perception humaine de la vie et la perspective plus large et éternelle de



l'existence. La plupart des gens voient leur vie comme un parcours linéaire, de la naissance à la mort, ce qui peut susciter de l'anxiété en vieillissant. Les auteurs observent avec humour que cette vision étroite limite la compréhension de la vie en tant qu'aventure sans fin.

Changer de Perspectives pour le Bien-Être

Pour atténuer les sentiments d'inconfort liés au vieillissement, le chapitre encourage les lecteurs à orienter leur attention vers des pensées plus positives. En puisant dans une vision plus large et éternelle d'eux-mêmes, les individus peuvent estomper les frontières de l'âge physique et stimuler un sentiment de joie dans l'instant présent.

Cultiver des Expériences Joyeuses

L'accent est mis sur le fait de profiter du moment présent en

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorberez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 34 Résumé : Exemple 23 -- Ma Fille Mente Constamment

Résumé du Chapitre 34 : Ma Fille Mente Constamment

Comprendre le Comportement des Enfants

Dans ce chapitre, l'auteur aborde la frustration d'un parent face aux mensonges constants de son enfant. Cela met en lumière la lutte entre le pouvoir inné d'un enfant en tant que créateur et les pressions externes exercées par son environnement. Le comportement de l'enfant peut résulter d'un décalage entre son propre sens de soi et les influences imposées par ses parents et la société.

L'Impact de la Conformité et de la Rébellion

Le récit explore comment les enfants peuvent commencer par se sentir forts dans leur identité, mais devenir conflictuels en essayant de répondre aux attentes parentales. Cette lutte



interne peut se manifester par des mensonges, car les enfants ressentent le besoin de concilier leurs véritables sentiments avec ce que les autres attendent d'eux. Les parents interprètent souvent ces comportements comme de la défiance alors qu'ils peuvent aussi indiquer un conflit intérieur.

Encourager l'Authenticité et la Connexion

L'auteur suggère que plutôt que d'imposer des règles strictes, les parents devraient favoriser un environnement où les enfants peuvent s'exprimer librement. Lorsque les enfants se sentent dignes de confiance et soutenus, ils sont plus enclins à s'aligner avec leur véritable moi, ce qui réduit leur tendance à mentir. L'alignement du parent avec sa propre guidance intérieure peut inspirer le même comportement chez ses enfants.

Changer de Perspective sur les Mensonges

Les parents sont encouragés à déplacer leur attention de la punition des mensonges vers la compréhension des raisons sous-jacentes qui les motivent. En adoptant une perspective de compassion et de connexion, les parents peuvent aider à



renforcer le sens de soi et l'authenticité de leur enfant. Le chapitre conclut que cette dynamique relationnelle positive peut permettre aux enfants de maintenir leur lien avec leur propre guidance, transmettant ainsi le don d'une expression émotionnelle saine à travers les générations.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 35 Résumé : Exemple 24 -- Je Ne Cesse D'être Écarté Pour Des Promotions Au Travail

Résumé du Chapitre 35 : Surmonter le Sentiment d'être Ignoré

Vue d'ensemble de la situation

Ce chapitre présente l'exemple d'un employé qui se sent sous-estimé et passé à côté de promotions malgré son expérience et ses qualifications. Le mécontentement de l'employé provient d'une récente promotion attribuée à un collègue moins expérimenté.

Comprendre les Émotions

Le texte souligne que les sentiments de manque (dans ce cas, manque de promotion) attirent davantage de manque. Pour recevoir de l'appréciation, il faut d'abord se sentir apprécié. La loi de l'attraction répond aux vibrations émises par un



individu, signifiant que des émotions négatives peuvent nuire à la réalisation des désirs.

Conseils pour le Changement

1.

Identifier les Changements Souhaités

: Au lieu de se sentir coincé dans la négativité, concentrez-vous sur ce que vous désirez réellement et orientez vos pensées vers ce résultat.

2.

Réajustement Positif

: Reconnaître que chaque sentiment négatif est un signe de désalignement. Appréciez la clarté que ces émotions apportent à vos désirs.

3.

Concentrez-vous sur l'Alignement Vibratoire

: Maintenez une vibration positive en dirigeant vos pensées vers le succès et les opportunités. Cela crée un 'CV vibratoire' qui attire de nouvelles opportunités.

Stratégies pour Changer de Pensées

Le chapitre fournit des exemples de pensées négatives à



remplacer par des pensées plus positives, encourageant un changement progressif vers des pensées plus optimistes :

- Reconnaître la déception mais aspirer à reconnaître les opportunités potentielles qui peuvent découler de la situation.
- Considérer la possibilité de croissance personnelle ou d'apprentissage plutôt que de se fixer sur l'injustice perçue.
- Accepter l'idée que quelque chose de mieux pourrait être à l'horizon, même si ce n'est pas immédiatement clair.

Conclusion

L'essentiel est de commencer d'un endroit de compréhension et de tendre vers des pensées qui apportent un meilleur ressenti. En faisant cela, les individus peuvent s'aligner avec leurs désirs et se préparer à recevoir de plus grandes récompenses et opportunités dans leur parcours professionnel.



Chapitre 36 Résumé : Exemple 25 -- Je n'ai pas le temps ni l'argent pour m'occuper de mes parents et je me sens coupable

Résumé du chapitre 36 : Orientation émotionnelle dans les défis du caregiving

Comprendre la culpabilité et l'inquiétude

Ce chapitre se concentre sur le tourment émotionnel ressenti par les personnes qui s'occupent de parents âgés ou malades, en particulier lorsque la distance géographique et les limitations financières entravent leur capacité à fournir des soins directs. Des sentiments de culpabilité surgissent souvent en raison de ces contraintes, créant un cycle d'inquiétude qui ne profite à personne.

L'impact de l'inquiétude

L'inquiétude n'aide pas à résoudre les problèmes ; au



contraire, elle coupe l'accès aux solutions positives. Le chapitre souligne que lorsque les aidants expriment de l'inquiétude ou de l'angoisse, ils ne sont pas en phase avec leurs désirs profonds d'aider leurs parents. Il suggère qu'un alignement émotionnel positif peut mener à l'émergence de solutions.

Changer d'états émotionnels

Les aidants sont encouragés à passer d'émotions négatives à un état plus positif. L'importance de se sentir mieux, même si les circonstances ne changent pas, est mise en avant. Ce changement d'émotion peut aligner les individus avec l'énergie de leurs désirs et les ouvrir à de nouvelles solutions.

Trouver un soulagement, pas des solutions immédiates

Installer l'application Bookey pour débloquent le texte complet et l'audio

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Ad



Scanner pour télécharger



★★★★★
22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!

Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !

Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !

Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !

adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique

Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey

Chapitre 37 Résumé : Exemple 26 -- Je perds ma vie coincé dans les embouteillages

Résumé du Chapitre 37 : Le fabuleux pouvoir des émotions

Coincé dans les Embouteillages : Une Réflexion sur le Contrôle Émotionnel

Une personne réfléchit aux frustrations liées aux trajets dans une grande ville, ressentant qu'elle perd sa vie à rester bloquée dans les embouteillages. Bien qu'il y ait un désir de changement (trouver un logement plus proche du travail), l'insistance sur les frustrations actuelles empêche d'avancer vers cet objectif.

Concepts Clés

1.

Concentrer sur l'État Actuel



: Le principal obstacle pour réaliser ses désirs est la fixation sur la situation actuelle plutôt que sur l'état désiré.

Reconnaître ses émotions et s'en accommoder est essentiel pour la transformation.

2.

Alignement Vibratoire

: Pour manifester les changements désirés, il faut s'aligner émotionnellement avec ce que l'on souhaite expérimenter. Se sentir bien dans le présent est essentiel pour attirer des résultats positifs.

3.

Puissance de la Perspective

: Observer une situation négative (comme les embouteillages) depuis un endroit d'inconfort engendre plus de problèmes. Rediriger ses pensées vers un état plus positif attirera de meilleures circonstances.

4.

Lois de l'Attraction

: Les semblables s'attirent ; ainsi, se sentir prospère invite la prospérité dans sa vie. L'amélioration provient d'un état de positivité plutôt que de manque.

5.

Trouver la Paix

: S'accommoder de l'endroit où l'on se trouve ne signifie



pas résignation, mais plutôt une acceptation qui permet la croissance et la transformation.

6.

Ressources Intérieures

: Lorsque l'on se sent bien, les individus deviennent plus réceptifs aux solutions créatives et aux opportunités disponibles dans l'univers.

Stratégies Pratiques pour de Meilleures Pensées Émotionnelles

- Réfléchir aux aspects positifs de la situation actuelle (par exemple, utiliser le temps dans les embouteillages pour la contemplation).
- Repenser ses pensées pour considérer les embouteillages comme une opportunité d'observer la vie et de se connecter à sa créativité personnelle.
- Permettre le sentiment de fluidité, s'engager avec les autres et reconnaître l'interconnexion des expériences.

En fin de compte, le chapitre encourage les individus à décaler leur attention de la frustration vers un état de bien-être pour améliorer leurs circonstances, soulignant que la gestion émotionnelle est essentielle pour attirer les résultats souhaités.



Chapitre 38 Résumé : Exemple 27 -- Maintenant que je sais ce qu'est la Loi de l'Attraction, mes pensées m'inquiètent

**Résumé du Chapitre 38 - Le fabuleux pouvoir des
émotions par Esther Hicks**

Comprendre la peur en lien avec la Loi de l'Attraction

De nombreuses personnes ressentent de la peur parce qu'elles croient que leurs pensées ont le pouvoir d'attirer des expériences négatives en raison de la Loi de l'Attraction (LOA). Cette peur découle de la prise de conscience que penser à de mauvaises issues pourrait provoquer leur manifestation.

Les émotions comme guide

Ressentir de la peur indique que nos pensées actuelles ne sont pas alignées sur la perspective positive de l'Être

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

intérieur. Cette peur agit comme un système de guidage, suggérant que les pensées entretenues sont à contre-courant et résistent au bien-être. Il est important de noter que la peur ne prédit pas des événements négatifs immédiats, mais met en avant la vibration globale qui est émise.

Modifier ses pensées pour le bien-être

Pour contrer la peur, on peut s'exercer à orienter ses pensées vers une direction plus positive ou favorable. La pratique de se concentrer sur des pensées positives non seulement améliore le bien-être personnel, mais peut également influencer positivement ceux qui nous entourent. Ainsi, on peut donner l'exemple à sa famille et à ses amis à travers des états émotionnels améliorés.

Recontextualiser les expériences négatives

Les gens s'enferment souvent dans des cycles de négativité en accordant une attention excessive aux expériences indésirables, attirant ainsi davantage de négativité dans leur vie. Chaque événement résulte finalement de pensées et de sentiments cohérents au fil du temps, y compris ceux des enfants qui émettent des vibrations sans expression verbale.



Prendre le contrôle de ses pensées

Les individus ont la capacité de modifier leur état émotionnel en se concentrant sur des pensées qui leur procurent de meilleures sensations. Même si des expériences passées peuvent influencer les sentiments actuels, on peut reprendre le contrôle au moment présent pour choisir des pensées qui sont plus agréables, dirigeant ainsi ses propres expériences.

Le processus de création délibérée

La leçon clé est de se pencher vers des pensées positives plutôt que de s'attendre à éliminer toutes les pensées négatives. Avec de la pratique, on peut trouver du soulagement et du plaisir dans ses pensées, apprenant à les orienter vers l'harmonie avec sa perspective plus large. En mettant l'accent sur des sentiments améliorés, on établit les bases de transformations dans les circonstances de vie. En essence, l'application réussie de ces principes entraîne des émotions améliorées, qui finissent par conduire à des changements de vie positifs.



Chapitre 39 Résumé : Exemple 28 -- Mon mari est très malade

Résumé du Chapitre 39 - Le fabuleux pouvoir des émotions

Comprendre la maladie et l'équilibre émotionnel

Ce chapitre aborde le tourment émotionnel qu'éprouve une personne dont le mari est gravement malade. Il souligne l'importance de l'alignement émotionnel personnel face à de telles circonstances éprouvantes. L'individu lutte contre des sentiments de désespoir et d'incertitude, naviguant dans les complexités du soutien à un être cher tout en gérant ses propres émotions.

Le rôle de l'alignement vibratoire

Le texte explique que la maladie résulte d'un déséquilibre vibratoire et que la guérison est possible en réalignant ses pensées et émotions. Il soutient que, bien que l'on ne puisse



pas contrôler la réalité d'autrui, chacun peut influencer son propre état vibratoire, ce qui peut potentiellement avoir un effet positif sur ses proches. La distinction entre rechercher un alignement pour un bénéfice personnel et pour aider autrui est mise en avant, suggérant que la véritable aide découle d'une stabilité émotionnelle individuelle.

Trouver des pensées positives

Les lecteurs sont encouragés à se concentrer sur l'amélioration de leur propre état émotionnel, indépendamment des circonstances extérieures. Différentes stratégies sont présentées pour adopter des pensées plus positives, mettant l'accent sur l'autosoins et la reconnaissance que les sentiments peuvent être indépendants de l'issue de la santé d'un proche.

L'impact de la perspective sur la guérison

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points



Échangez un livre



Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 40 Résumé : Exemple 29. Mon Amoureux m'a Quitté

Résumé du Chapitre 40 : Mon Amoureux m'a Quitté

Comprendre la dynamique des relations

Ce chapitre décrit une situation où une personne se sent le cœur brisé après que son petit ami ait déménagé sans prévenir. Il met en lumière la croyance commune selon laquelle toute relation est mieux que pas de relation, mais souligne qu'accepter une relation médiocre n'est pas conseillé. Au lieu de cela, l'accent doit être mis sur des vibrations positives et des désirs personnels plutôt que d'essayer de plaire à quelqu'un d'autre.

Le concept de compte de vibrations

Chaque expérience de vie contribue à un « compte de vibrations », représentant les désirs qu'une personne crée à



travers ses expériences. Lorsqu'on est confronté à une perte, comme celle d'un partenaire, cela constitue un appel plus fort pour le type d'amour que l'on désire réellement. Il est essentiel de maintenir des pensées positives et de se concentrer sur son propre bonheur pour s'aligner sur ses désirs futurs.

Le rôle de la concentration positive

Le chapitre suggère que se concentrer sur le malheur d'autrui peut conduire à un désalignement avec ses propres désirs. Lorsque les individus restent fidèles à leur vision d'une relation, ils attirent des partenaires qui correspondent à ces désirs plutôt que des partenaires qui reflètent leurs peurs ou leurs insécurités.

Guérison émotionnelle et croissance

Reconnaître que la douleur émotionnelle touche à plusieurs désirs—tels que l'amour, la sécurité et l'admiration—est important. Le chapitre encourage les lecteurs à choisir délibérément des sentiments et des pensées positifs, affirmant que ce faisant, ils pourront attirer les relations qu'ils désirent réellement.



Un changement de perspective

Bien que le chagrin puisse être douloureux, il peut aussi mener à la croissance et à une compréhension plus claire de ce que l'on désire chez un partenaire. Le chapitre suggère d'exprimer de la gratitude envers les anciens amours pour les leçons apprises, permettant ainsi de créer un alignement avec une relation plus épanouissante à l'avenir.

Étapes pratiques pour avancer

Pour faire face aux émotions d'une rupture, le texte décrit un processus de transition des pensées négatives vers des pensées qui donnent du pouvoir. En partant de sentiments de choc et d'impuissance, on peut progressivement atteindre un espace de clarté et d'optimisme concernant les relations futures.

Conclusion

En fin de compte, le message est de garder un focus sur le bien-être émotionnel, car s'aligner sur ses propres désirs et émotions positives attire les relations idéales. Le chapitre se



termine par la réassurance que tout ce qui est désiré viendra à ceux qui prennent soin de leur bien-être émotionnel.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Exemple

Point clé: Accepter la croissance à travers les ruptures

Exemple: Imaginez-vous assis seul après le départ de votre partenaire, ressentant la douleur dans votre poitrine vous submerger alors que les souvenirs affluent dans votre esprit. Au lieu de céder au désespoir, vous changez délibérément vos pensées, vous concentrant sur les leçons apprises durant votre temps ensemble. Visualisez comment chaque moment, même ceux qui ont été douloureux, a contribué à votre compréhension de ce que l'amour signifie pour vous. Vous commencez à apprécier votre nouvelle clarté concernant vos désirs et votre valeur, sachant que reconnaître votre croissance émotionnelle vous valorisera et attirera des partenaires futurs qui résonnent avec votre vrai moi.



Chapitre 41 Résumé : Exemple 30 -- Mon Animal de Compagnie est Malade

Résumé du Chapitre 41 : Mon Animal de Compagnie est Malade

Comprendre la Maladie des Animaux et les Émotions Humaines

Ce chapitre illustre le lien entre la santé d'un animal de compagnie et l'état émotionnel de son propriétaire. Il souligne que les animaux domestiques sont souvent influencés par les vibrations émotionnelles des humains, ce qui peut entraîner leurs propres problèmes de santé. Lorsqu'un animal, comme un chien, est souvent malade, cela peut refléter l'état émotionnel négatif de son propriétaire et son influence.

La Connexion Énergétique

1.



Alignement avec l'Être Intérieur

: Les animaux de compagnie s'alignent généralement mieux avec leur Être Intérieur par rapport aux humains, mais les animaux domestiques peuvent être affectés par les énergies négatives de leurs propriétaires.

2.

Liberté vs. Sécurité

: Les animaux préfèrent la liberté à la sécurité. Ils s'épanouissent dans des environnements exempts d'émotions négatives fortes, qui peuvent nuire à leur santé s'ils sont soumis au stress, à la colère ou à des sentiments de rejet.

L'Impact des Émotions Humaines sur les Animaux de Compagnie

- Les propriétaires prennent souvent conscience de la souffrance de leurs animaux, les poussant à reconsidérer leur bien-être émotionnel.
- Les émotions négatives des propriétaires peuvent entraîner une spirale descendante, affectant à la fois l'humain et l'animal. La Loi de l'Attraction répond à ces vibrations, aggravant la situation si cela n'est pas traité.

Les Animaux de Compagnie comme Guides



Émotionnels

- Les animaux peuvent présenter des symptômes comme un moyen de guider leurs propriétaires à reconnaître et à traiter leurs déséquilibres émotionnels.
- Le lien entre l'animal et le propriétaire peut transcender l'existence physique, rappelant au propriétaire de se concentrer sur le bien-être et des pensées positives.

Passer à des Pensées Positives

Le chapitre encourage les propriétaires à changer consciemment leurs schémas de pensée concernant la santé de leurs animaux de compagnie :

- Reconnaître la situation mais se concentrer sur les aspects positifs.
- Chercher des signes d'amélioration et exprimer de l'optimisme.
- Comprendre que les animaux de compagnie peuvent être de puissants enseignants d'amour inconditionnel et de bien-être.

Conclusion

Le message général souligne l'importance de la santé



émotionnelle tant chez les humains que chez les animaux, où la volonté du propriétaire de maintenir un état d'esprit positif peut conduire à de meilleurs résultats pour lui-même et pour ses compagnons.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Chapitre 42 Résumé : Exemple 31 -- Je n'ai jamais assez d'argent

Résumé du Chapitre 42 : Je n'ai jamais assez d'argent

Comprendre les luttes financières

L'exemple présenté parle d'un individu constamment inquiet pour son argent et incapable de gérer ses dépenses malgré de longues heures de travail. L'auteur souligne que les luttes financières proviennent d'un déséquilibre vibratoire plutôt que de simples conditions économiques.

La Loi de l'Attraction (LOA)

L'auteur explique que la Loi de l'Attraction répond à l'état vibratoire d'une personne, et non seulement aux actions entreprises. Si les individus se concentrent sur le manque d'argent, ils attirent davantage de luttes financières, créant un cycle de frustration, de colère et de peur.



Changer de focus et alignement énergétique

Pour améliorer sa situation financière, il faut d'abord atteindre un équilibre vibratoire. Libérer la résistance en modifiant son état émotionnel peut mener à un soulagement financier. Le chapitre souligne l'importance de se sentir bien, peu importe les circonstances financières actuelles.

Schémas de pensée et réponses émotionnelles

Le texte encourage les lecteurs à transformer leurs schémas de pensée négatifs en schémas plus positifs. Bien qu'il soit naturel de se sentir accablé, changer son focus vers des améliorations et la gratitude peut ouvrir la voie à l'abondance.

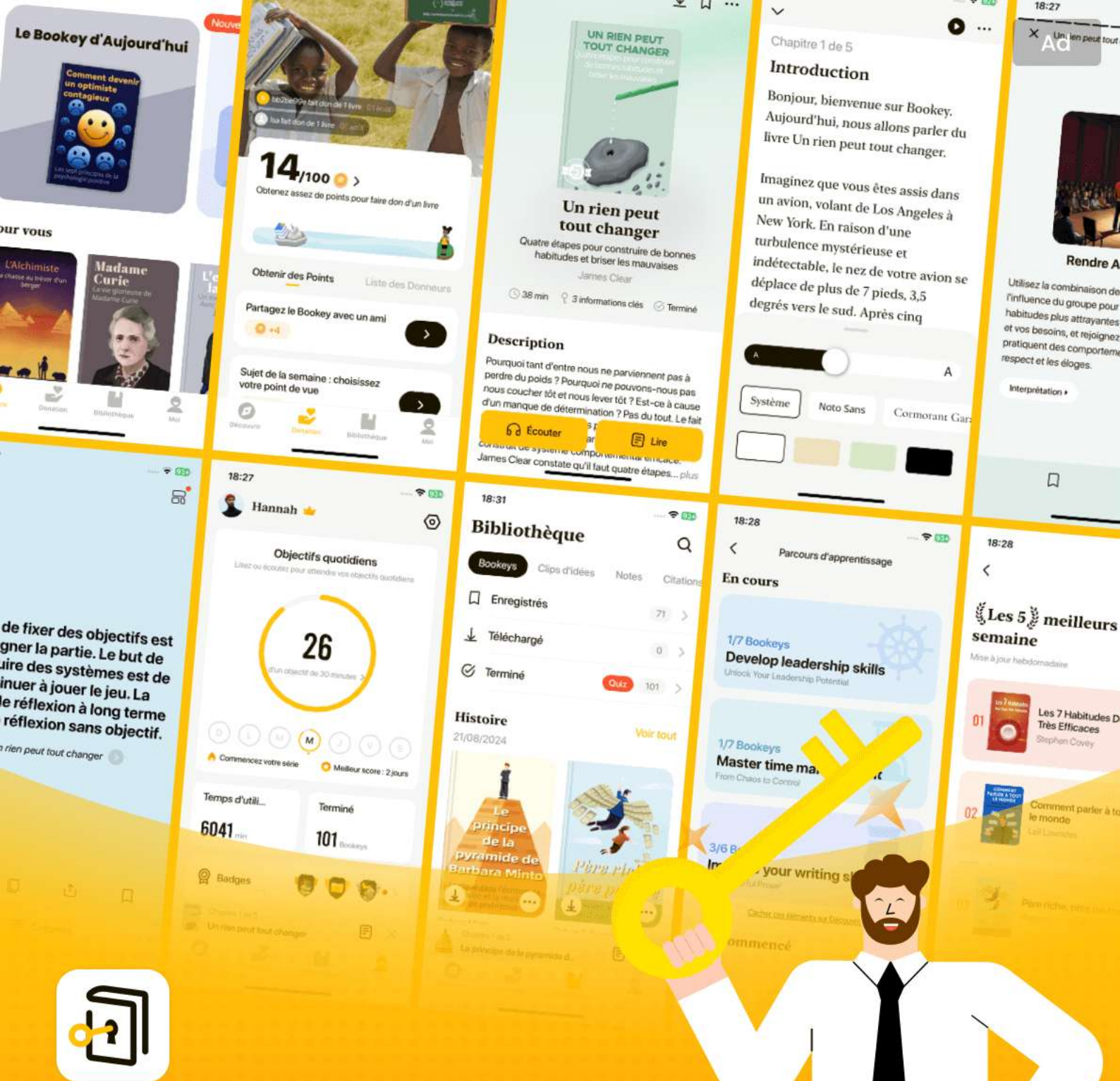
Étapes pratiques pour s'améliorer

**Installer l'application Bookey pour débloquent le
texte complet et l'audio**

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 43 Résumé : Exemple 32 -- Mon Chien est Mort et je Ressens du Deuil

Résumé du Chapitre 43 : Faire le Deuil de la Perte d'un Animal de Compagnie

Comprendre le Deuil Après la Perte d'un Animal de Compagnie

Le chagrin ressenti après la perte d'un animal de compagnie, comme un chien, peut être profond et souvent plus intense que d'autres formes de perte. Ces émotions proviennent de l'énergie positive profonde et de la joie que l'animal représentait dans la vie de son propriétaire, mettant en évidence la connexion avec sa propre Énergie Source.

La Nature des Relations avec les Animaux de Compagnie

Contrairement aux relations humaines, les animaux de compagnie incarnent souvent un amour et une acceptation



inconditionnels, offrant une compagnie sans les complexités des attentes ou des jugements. Leur connexion innée à la joie et l'absence de peur vis-à-vis de la mort contrastent avec les relations humaines qui impliquent souvent chagrin et obligation.

Embrasser les Souvenirs Positifs

Pour guérir de cette perte, il est bénéfique de se concentrer sur les souvenirs joyeux associés à l'animal. Se remémorer des moments de joie, de jeu et de complicité peut aider à rétablir l'harmonie avec son bien-être intérieur, créant ainsi un chemin vers un soulagement émotionnel.

Changer les Schémas de Pensée

Le processus de guérison nécessite un effort conscient pour passer des pensées négatives sur le deuil à des réflexions plus positives sur le temps passé avec l'animal. Cela peut impliquer de reconnaître que, bien que l'animal soit parti, des souvenirs positifs et la possibilité de nouvelles connections existent.

Trouver du Soulagement dans la Pensée

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Il est important d'identifier et de cultiver des pensées qui apportent un soulagement à la tristesse. Même de simples reconnaissances de gratitude pour les expériences passées peuvent faciliter la guérison. Le chemin vers un mieux-être est graduel et personnel, soulignant la nécessité de rechercher des affirmations positives qui résonnent avec son bien-être.

Possibilité de Joie Future

Bien que l'idée d'acquérir un autre animal de compagnie puisse ne pas sembler juste immédiatement, envisager la notion de joie future avec un autre chien peut ouvrir les cœurs à la guérison. Mettre l'accent sur les qualités affirmatives des relations futures peut continuer à favoriser un sentiment de connexion et de bonheur, promouvant ainsi une récupération émotionnelle globale.



Chapitre 44 Résumé : Exemple 33 -- Notre fils est gay

Exemple 33 -- Notre fils est gay

Résumé :

Ce chapitre présente les défis auxquels sont confrontés les parents lorsque leur enfant révèle son orientation sexuelle, en se concentrant particulièrement sur la réaction d'une mère et d'un père à l'annonce de leur fils. La mère exprime sa tristesse face à l'absence de petits-enfants et s'inquiète de la colère de son mari envers leur fils. Il souligne que les enfants ont leurs propres désirs et projets, et que leur orientation sexuelle fait partie de leur parcours unique et n'est pas un simple choix influencé par des facteurs externes comme le fait d'aller à l'université.

Le texte explore le concept de l'amour inconditionnel, mettant en avant que le véritable amour demeure quelles que soient les circonstances. Il suggère que les exigences de changement de la part des êtres chers peuvent mener à



l'insatisfaction et à l'inconfort, tandis qu'accepter les différences favorise la liberté. Le chapitre encourage les parents à orienter leurs pensées vers l'acceptation et la compréhension, réfléchissant à l'idée que les expériences de leur fils sont censées enseigner l'amour et l'acceptation. La perspective recommande de se concentrer sur des pensées positives et de reconnaître que tant les parents que leur fils sont des extensions d'une Énergie Source qui les aime inconditionnellement. Le message renforce l'importance d'accepter la diversité, plutôt que de chercher à la contrôler ou à la changer, et que l'amour peut prospérer au milieu des différences.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Exemple

Point clé: Accueillez le parcours de votre enfant sans attentes

Exemple: Imaginez-vous dans votre salon, ressentant un flot d'amour pour votre fils alors qu'il révèle avec nervosité sa vérité sur son homosexualité. Au lieu de vous inquiéter immédiatement des jugements de la société ou des petits-enfants, vous prenez un moment pour respirer et vous rappelez que cela concerne son parcours, pas vos attentes. En déplaçant votre attention de ce que vous craignez vers l'amour profond et inconditionnel que vous avez pour lui, vous ouvrez un espace à la compréhension et à l'acceptation. Vous vous rappelez que l'amour véritable signifie soutenir son bonheur et son individualité, et que célébrer son authenticité peut apporter de la joie et une connexion plus profonde entre vous.





Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

Brand Leadership & collaboration Gestion du temps Relations & communication Know
Général d'entreprise Créativité Mémoires Argent & investissements Positive Psychology
Entrepreneuriat Histoire du monde Communication parent-enfant Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Meilleures phrases du **Le fabuleux pouvoir des émotions** par **Esther Hicks** avec **numéros de page**

Voir sur le site de Bookey et générer de belles images de citation

Chapitre 1 | Phrases des pages 12-13

1. Nous avons une vue claire de vous dans votre expérience de vie actuelle, mais nous avons également la capacité de prendre du recul et de vous voir, vous et votre vie, dans un contexte beaucoup plus large que ce que vous pouvez percevoir depuis votre perspective actuelle.
2. Votre nouveau corps et votre nouvel environnement offrent une nouvelle opportunité à un Être très sage et très ancien de continuer à s'épanouir de nouvelles manières.
3. Non pas parce que nos mots auront été si puissants qu'ils vous auront transformé, mais parce que la combinaison de la logique de nos mots et le déroulement de votre propre vie transformera votre foi, ou votre espoir, en connaissance.
4. Vous avez compris l'environnement parfait et stable dans

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

lequel vous alliez naître. Et vous avez ressenti un enthousiasme sans limites pour sa variété.

5. C'est notre désir de restaurer votre compréhension à ce qu'elle était juste avant que vous ne veniez dans ce corps, afin que vous puissiez maintenant vivre cette expérience de vie magnifique dans ce merveilleux corps sur cette planète glorieuse de la manière que vous aviez prévue.

Chapitre 2 | Phrases des pages 14-15

1. Ainsi, non seulement vous, en tant qu'entité non physique, vous vous êtes développé, mais vous disposez maintenant de deux points de vue puissants : le point de vue physique et le point de vue non physique. Et rien ne sera jamais plus important pour ces deux perspectives merveilleuses que leur relation l'une à l'autre.

2. La raison pour laquelle nous écrivons ce livre est de vous aider à comprendre qu'en découvrant le fabuleux pouvoir des émotions, alors et seulement alors vous pourrez comprendre clairement votre relation avec votre essence



non physique.

3. Vous, dans votre corps physique, êtes une extension de ce que les humains appellent Dieu. Et parce que vous êtes l'extension la plus éloignée de Dieu, ou Source, alors Dieu fait également l'expérience de cette expansion à cause de vous, à travers vous et avec vous.
4. Ce que nous voulons que vous reteniez, c'est que vous, dans votre corps physique, êtes une extension de ce que les humains appellent Dieu.

Chapitre 3 | Phrases des pages 16-18

1. Vous ne pouvez pas être autre chose que égoïste.
Car vous ne pouvez pas observer, percevoir ou être d'une autre manière que de votre propre perspective.
2. Chaque fois que cela se produit, une clarification de ce que vous souhaitez vraiment jaillit en vous.
3. D'abord il y a la pensée. Et à mesure que plus de pensées sont offertes à un sujet, la pensée commence à prendre forme, jusqu'à ce qu'il y ait une manifestation de ce que les



humains appellent la réalité.

4.Plus vous vous sentez bien, plus vous permettez cette connexion. Et plus vous vous sentez mal, plus vous refusez ou résistez à cette connexion.

5.Vos espoirs, vos rêves, vos intentions et vos idées d'amélioration sont conservés pour vous dans une sorte d'entiercement vibratoire.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

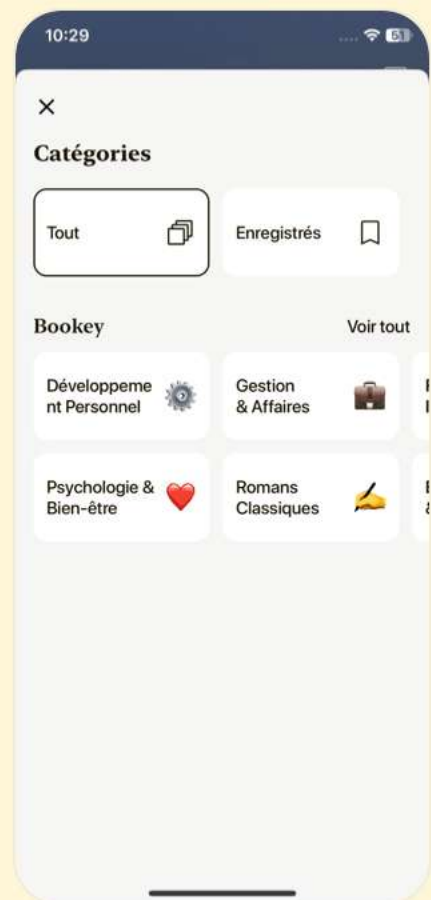
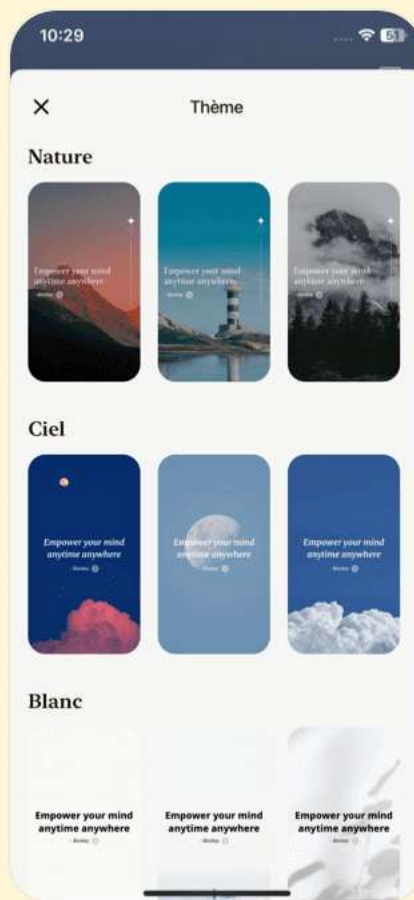
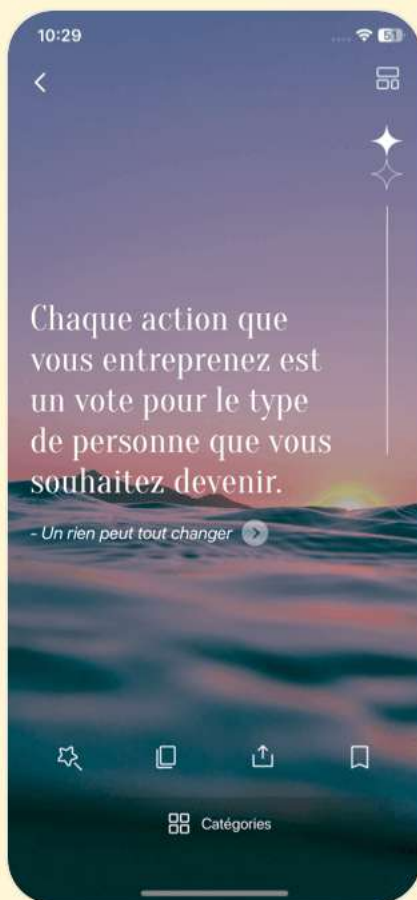


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 4 | Phrases des pages 19-20

1. Tout comme pour vos cinq autres sens, ce sixième sens, qui était actif en vous le jour de votre naissance, ne nécessite aucune formation pour que vous compreniez qu'il existe.
2. Les émotions jouent un grand rôle dans l'expérience de vie de vous et de tous ceux que vous connaissez. Mais peu ont une conscience consciente du fabuleux pouvoir et de la valeur de leurs émotions.
3. Car la partie non physique de vous est constamment en train de devenir ce que vous demandez.
4. Lorsque quelqu'un est impoli avec vous, vous désirez que les autres soient plus aimables ; lorsque vous êtes mal compris, vous désirez être compris ; lorsque vous ne disposez pas de suffisamment d'argent, de bien-être ou d'amitié, vous en voulez plus.
5. La vie vous pousse à devenir constamment plus. En d'autres termes, un nouveau et meilleur vous, selon vos normes et perceptions, est dans un état constant de devenir.



Chapitre 5 | Phrases des pages 21-22

1. Vos émotions vous indiquent si votre pensée active actuelle et l'offre vibratoire qui en découle correspondent à la vibration de votre Soi évolué ou non.
2. Si vous arriviez à suivre qui vous êtes devenu, vous ressentiriez une envie de vivre, une clarté d'esprit et une vitalité corporelle indescriptiblement merveilleuses.
3. Votre expansion est constante. Et pour chaque détail que vous digérez, vous émettez une demande vibratoire d'amélioration.
4. Cette prémisse importante est non seulement la base de ce livre précieux, mais elle constitue également le fondement de votre expérience de vie joyeuse.
5. Se permettre de devenir ce que la vie vous a amené à désirer ne consiste pas à agir. Il s'agit d'aligner les énergies de pensée.

Chapitre 6 | Phrases des pages 23-25

1. Lorsque nous parlons d'alignement vibratoire,



nous faisons référence à l'alignement des vibrations au sein de votre être uniquement. Cela n'a rien à voir avec ce que font les autres.

2. Si nous étions à votre place, tous nos efforts seraient dirigés vers un seul résultat – nous chercherions un moyen, n'importe quel moyen, de nous sentir mieux.
3. Rien de ce que vous désirez ne se trouve en amont. La raison pour laquelle nous sommes si certains que rien de ce que vous désirez ne se trouve en amont, c'est que nous comprenons le cours. Nous l'avons vu à sa source.
4. Si vous le permettez, ce cours, ce courant rapide, vous portera en aval vers l'accomplissement de tout ce que la vie vous a poussé à créer.
5. Lorsque votre vie vous pousse à demander quelque chose qui dépasse où vous êtes, la Source Énergétique non physique plus large, votre Être Intérieur, devient une équivalence vibratoire de ce que vous demandez.
6. La Loi de l'Attraction (LOA) est la loi la plus puissante de l'Univers. C'est le gestionnaire vibratoire de tout ce qui



existe.

7. Que faites-vous, sous votre forme physique, en relation avec la vibration de votre Moi élargi ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

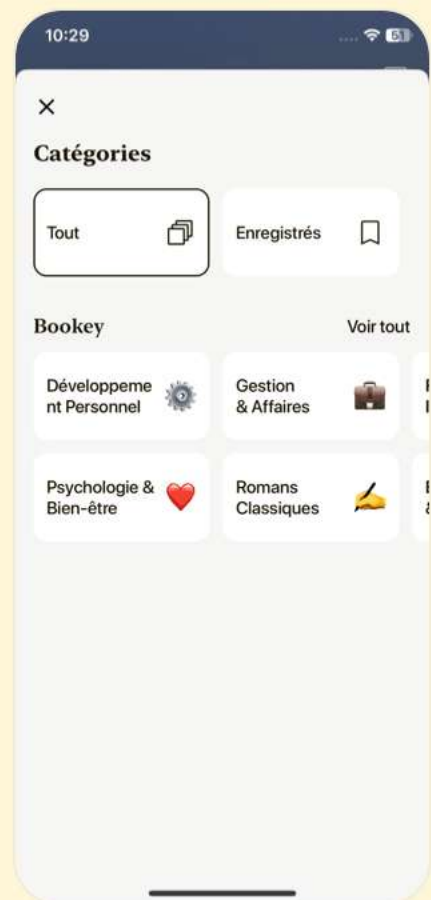
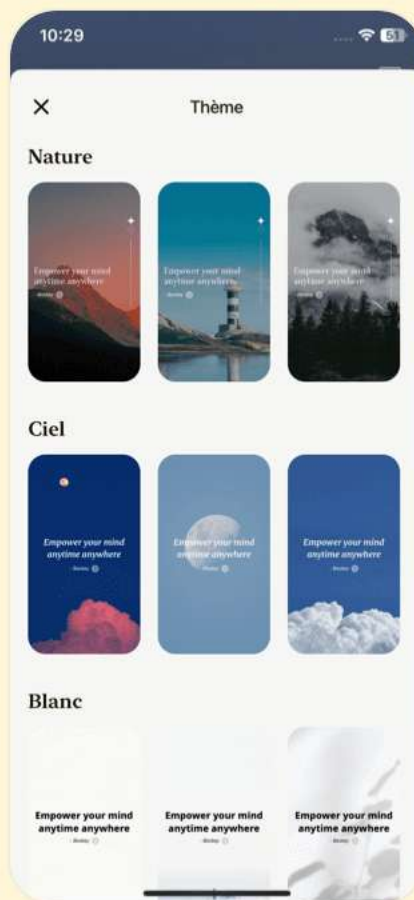
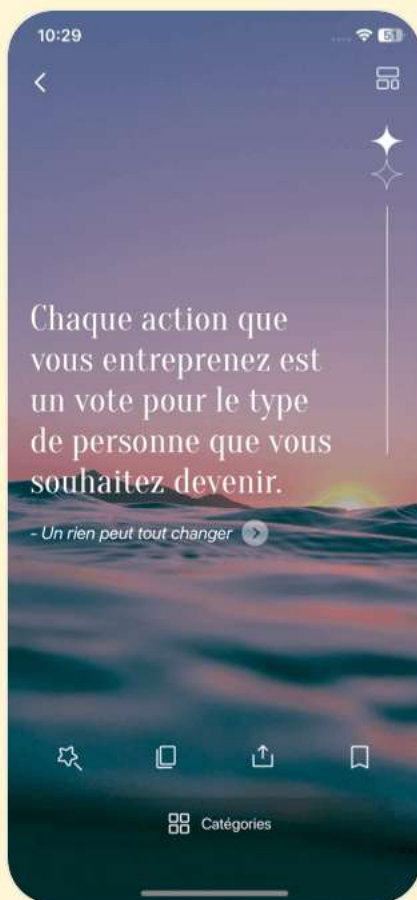


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 7 | Phrases des pages 26-27

1. Vos émotions indiquent le degré de votre alignement avec qui vous êtes devenu. Elles vous montrent si, en ce moment, vous êtes en train de vous suivre ou non.
2. Tout ce que vous voyez autour de vous – terre, ciel, rivières, bâtiments, et même personnes et animaux – était une vibration de pensée avant de devenir les choses physiques que vous observez maintenant.
3. Ce que nous entendons lorsque nous disons que rien de ce que vous voulez n'est en amont, c'est que vos désirs, parce que vous y avez déjà pensé et les avez demandés, sont déjà en train d'être créés.
4. Vous devez vous permettre d'être l'être que la vie a fait de vous, si vous voulez ressentir la joie. Et à moins que vous ne ressentiez la joie, vous ne vous permettez pas d'être ce que la vie a fait de vous.

Chapitre 8 | Phrases des pages 28-29

1. Lorsque vous réalisez que vous êtes une énergie



Source, que vous êtes venu dans ce corps depuis la Source, et qu'à présent, dans ce corps, vous donnez naissance à des désirs novateurs, que la Source devient ensuite et vous appelle vers ces désirs, vous comprenez le véritable fleuve de la vie.

2. Laissez simplement tomber les rames. Lorsque vous ne payez plus à contre-courant, lorsque vous relâchez vos rames et vous détendez dans votre propre bien-être naturel, le courant, qui se déplace toujours dans la direction de ce que vous êtes devenu et de tout ce que vous voulez, vous portera vers vos désirs.
3. La croyance qu'il y a quelque chose à surmonter vous dirige automatiquement en amont. Comprendre que tout ce que vous désirez est facilement accessible pour vous vous dirige automatiquement en aval.
4. En comprenant que vous êtes cet être éternel tout en étant physiquement centré ici, vous commencez à voir le processus de création d'une manière encore plus claire.

Chapitre 9 | Phrases des pages 30-32



1. La première loi - La loi de l'attraction - n'est pas quelque chose que vous devez pratiquer, ni même quelque chose que vous pouvez pratiquer. Car c'est une loi qui existe dans chaque particule de l'univers. Elle est tout simplement.
2. L'essence de ce qui est similaire s'attire.
3. Le malentendu le plus courant qui empêche les gens de reprendre le contrôle de la situation et de retrouver leur équilibre personnel est la croyance selon laquelle 'Je dois arriver où je veux être maintenant ou le plus rapidement possible.'
4. Lorsque vous ressentez une urgence d'être ailleurs, vous luttez fermement contre votre situation actuelle.
5. Dans l'œil de votre esprit, allongez-vous dans votre bateau, sentez-le tourner naturellement en aval, et détendez-vous dans l'idée que ce courant vous portera vers votre bien-être inévitable et l'accomplissement de vos désirs.
6. Vous ajoutez de la puissance au courant.



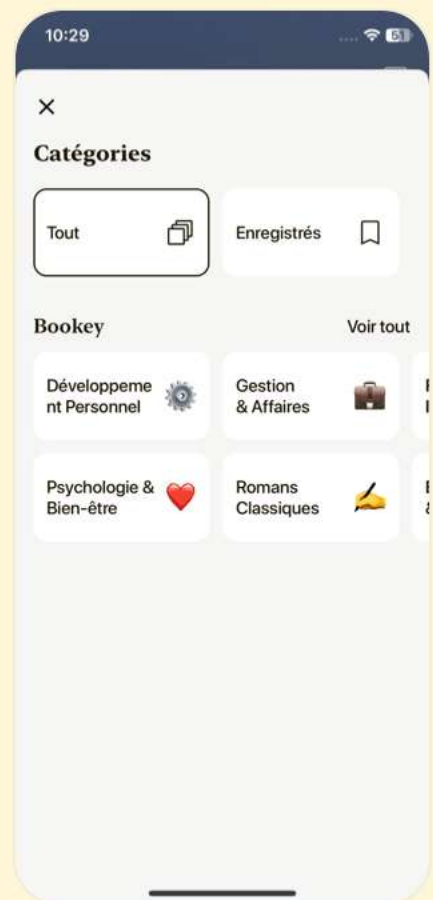
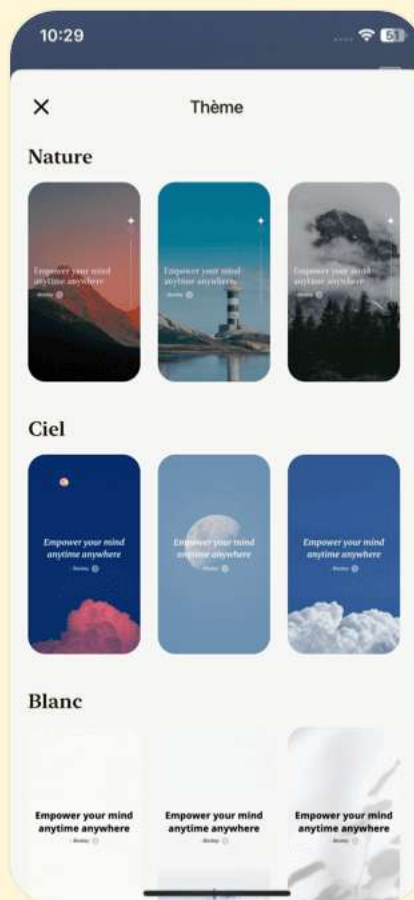
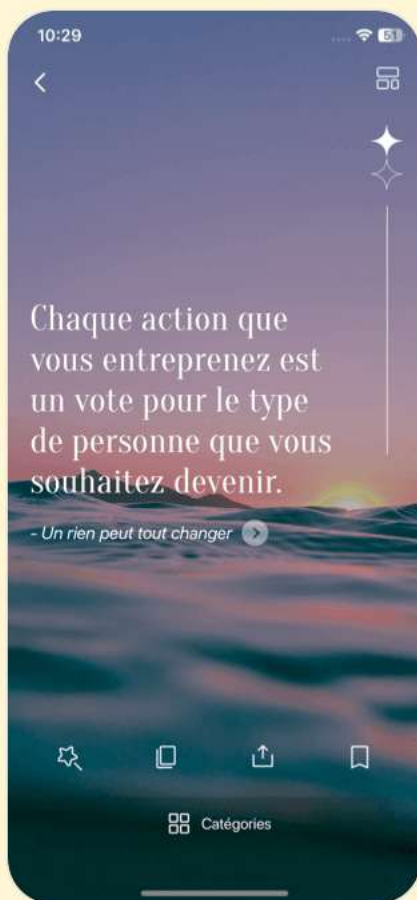


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 10 | Phrases des pages 33-33

1. Vous ne pouvez pas vous tromper, et vous n'arrivez jamais à la fin.
2. Plus vous vous sentez bien, plus vous êtes en accord avec qui vous êtes vraiment.
3. Vous êtes le créateur de votre propre réalité.
4. L'alignement est l'état d'accord avec votre propre être intérieur.
5. Vos émotions sont votre système de guidance.

Chapitre 11 | Phrases des pages 34-34

1. Nous ne cherchons pas à guider vos désirs, car votre propre vie l'a déjà accompli.
2. Même si vous ne pouvez pas personnellement vous identifier à certains des exemples qui sont offerts ici, nous vous encourageons à les lire quand même, car nous savons qu'en les lisant, vous viendrez à mieux comprendre l'alignement vibratoire.
3. Il est probable qu'en lisant ces exemples, vous en contestiez certains, car vous pourriez ne pas croire que certains désirs



sont appropriés.

Chapitre 12 | Phrases des pages 35-38

1. La peur que vous ressentez est compréhensible dans ces circonstances, mais vous la ressentez quand même. Et la peur signifie que vous êtes orienté en amont.
2. L'exercice de déterminer si vous êtes orienté en amont, loin du résultat désiré, ou en aval, vers le résultat désiré, variera d'une personne à l'autre, en fonction de la rapidité de votre courant.
3. Chaque fois que vous ressentez un soulagement, vous avez diminué votre résistance. Et lorsque vous diminuez votre résistance, vous vous dirigez dans la direction de votre désir.
4. L'amélioration est naturelle.
5. Lorsque vous essayez de déterminer les spécificités de Quand ou Comment l'amélioration physique viendra, vous retardez votre amélioration physique, parce que vous ne connaissez pas ces réponses, et donc vous causez de la



résistance dans votre vibration.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

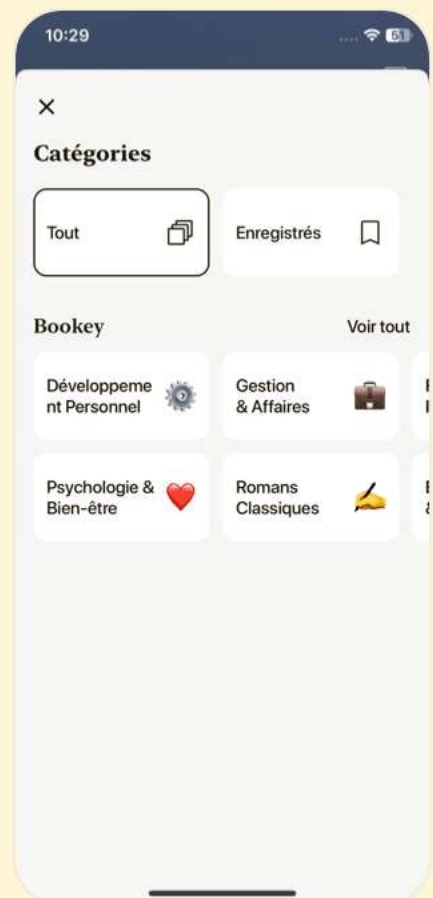
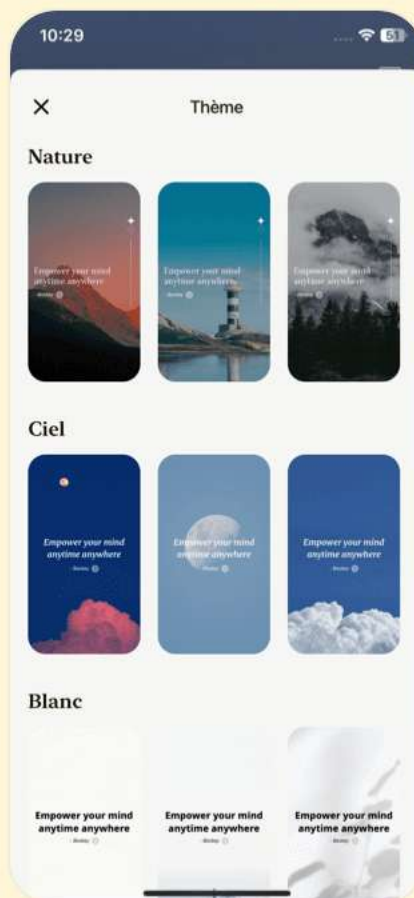
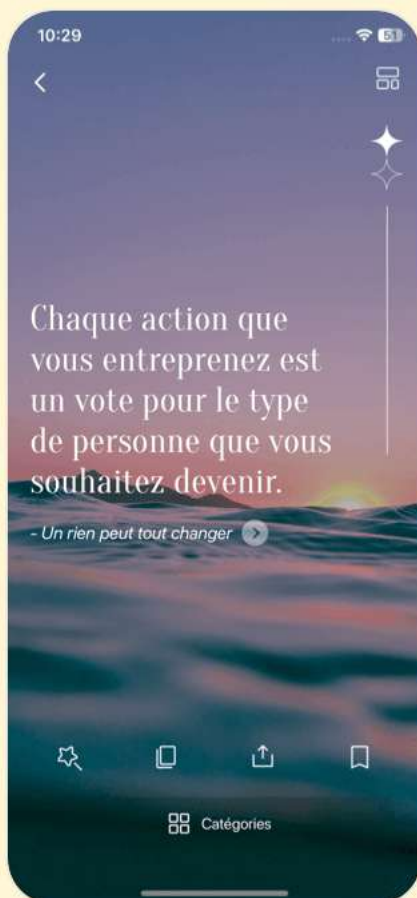


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 13 | Phrases des pages 39-43

1. Créer, c'est permettre à ce que vous désirez de se réaliser, et cette permission passe par l'alignement énergétique, et non par l'action.
2. Dans ces conditions, toute action devient plus difficile, donnant peu ou pas de résultats, engendrant encore plus de découragement.
3. La clé pour créer tout ce que vous désirez est de trouver un moyen de vous diriger vers des pensées qui vous font sentir bien, en aval...
4. Je suis gros. (en amont) / Je ne veux pas être gros. (en amont) / J'en ai tellement marre d'être en surpoids. (en amont)
5. Il s'agit de votre vibration. Ce n'est pas ce que vous faites qui fait la différence ; c'est comment vous vous sentez par rapport à ce que vous faites.
6. Tout est une question d'alignement vibratoire. Ne cherchez pas de résultats physiques mesurables immédiats. Au lieu de cela, recherchez une amélioration de votre humeur, de



vosre attitude et de vos émoions.

Chapitre 14 | Phrases des pages 44-47

1. Si nous parlions avec un de vos enfants, nous ne l'orienterions pas vers le fait de demander à l'autre de changer.
2. Vous êtes le créateur de votre propre expérience.
3. Lorsque vous essayez de guider vos enfants depuis votre colère ou votre frustration parce que vous n'êtes pas en phase avec vous-même, votre influence est fragile.
4. Lorsque vous pensez à guider vos propres pensées, vous pouvez ressentir la possibilité qui s'y cache.
5. Il sera intéressant de voir comment cela se déroule.
6. Votre prise de conscience de vos enfants qui se disputent vous a conduit à ajouter à votre trésor vibratoire.
7. Non seulement rien ne s'est mal passé ici, mais tout se déroule exactement comme vous le saviez.
8. Voilà ce qu'est la création délibérée.

Chapitre 15 | Phrases des pages 48-49

1. ...votre travail en ce moment n'est pas de vous



occuper du désordre, car vous avez déjà reconnu que vous êtes paralysé et que vous ne pouvez pas y faire face.

2. Si vous parvenez à trouver un soulagement constant à ce sujet, votre énergie changera, et le sentiment d'être paralysé sera remplacé par de bonnes idées d'action.
3. Chaque fois que vous choisissiez de penser des pensées cruelles sur vous-même ou sur quelqu'un d'autre, vous vous opposez à votre Être Intérieur qui ne ressent que de l'amour pour vous.
4. Certains disent que refuser de regarder vos propres défauts est un état de déni qui n'est pas sain. Nous répondons que pointer du doigt vos propres défauts est le plus grand état de déni, car cela vous sépare de qui vous êtes vraiment.
5. Lorsque vous vous souciez suffisamment de vous aligner avec la plus grande partie de qui vous êtes, tout en vous rendant service, et vous le savez parce que vous vous sentez tellement mieux, vous êtes maintenant en mesure d'être utile aux autres.



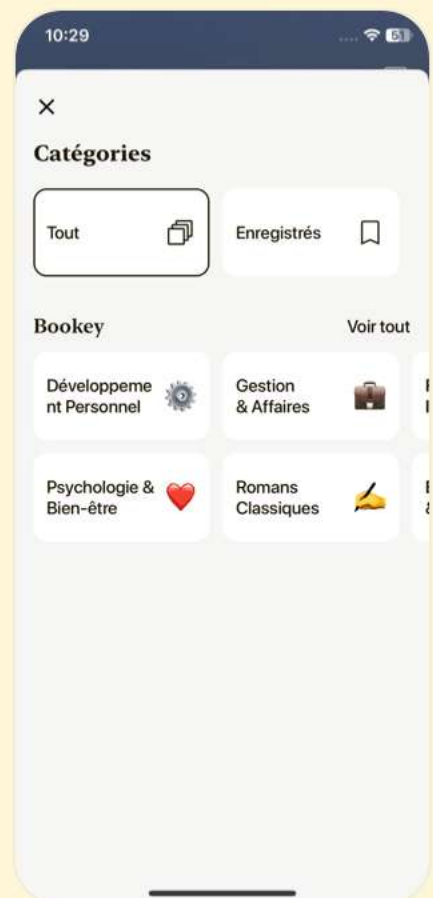
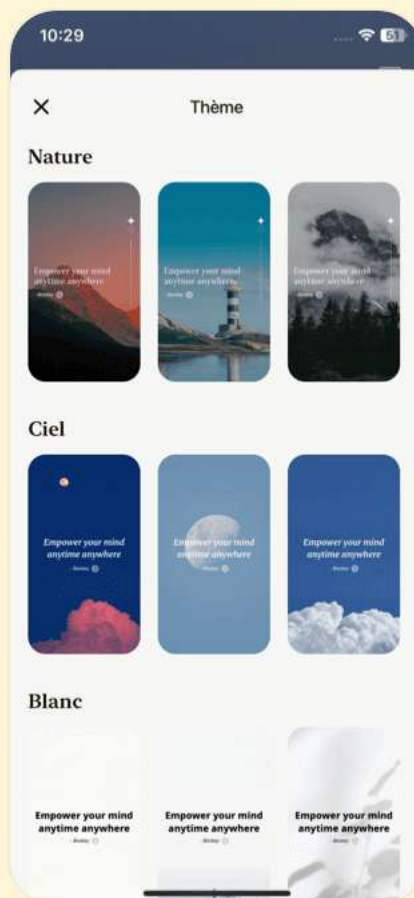
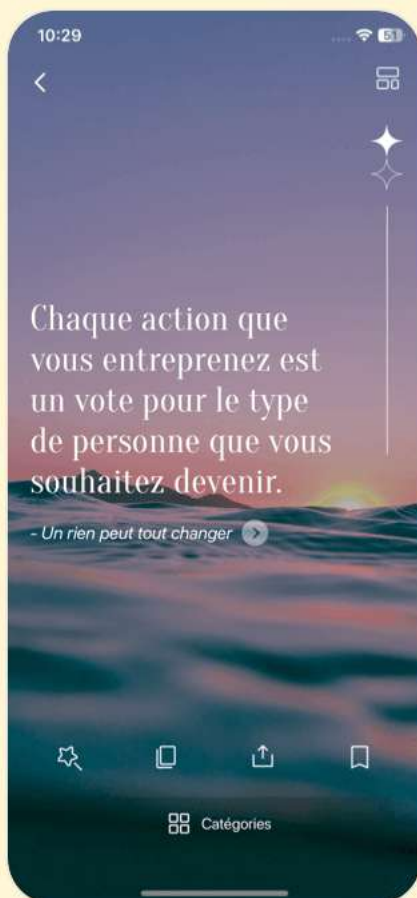


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 16 | Phrases des pages 50-52

1. Puisque vous n'avez pas pu trouver l'harmonie avec cette personne pendant votre mariage, nous savons qu'il n'est pas vraiment surprenant que vous ayez du mal à trouver l'harmonie après votre divorce.
2. Ce que nous voulons surtout vous aider à comprendre, c'est que, bien que votre mariage soit terminé, votre relation avec cette personne ne l'est pas. Et elle ne le sera jamais.
3. Rappelez-vous que cette relation, aussi inconfortable soit-elle, vous a fait évoluer, et votre Être Intérieur se tient en ce moment comme l'expression vibratoire de cet être élargi.
4. Tout ce qui est vraiment nécessaire pour commencer à vous tourner dans le courant et à avancer vers une situation améliorée, c'est que vous cessiez de vous opposer à celui-ci.
5. Votre objectif en ce moment est simplement d'arrêter de pagayer à contre-courant. Cessez d'essayer de vous



défendre, ou de défendre votre position, ou votre décision de divorce, ou votre droit.

6. Je veux que ma fille se sente bien à propos de ses parents.

Je veux que ma fille se sente bien à propos de moi. Je veux même que ma fille se sente bien à propos de son père.

Chapitre 17 | Phrases des pages 53-55

1. Vous ne pouvez pas modifier votre comportement suffisamment pour apaiser cela. Mais vous pouvez vous aligner avec vous-même. Et lorsque vous le ferez, tout s'améliorera.

2. Lorsque vous pensez que les autres doivent faire quelque chose différemment pour améliorer votre vie, vous êtes en réalité dans un état de non-pouvoir.

3. Votre travail est le même : exprimez-vous d'où vous êtes, mais efforcez-vous de trouver des pensées plus positives sur ce sujet qui s'alignent avec votre vrai moi.

4. Une situation améliorée ne viendra que lorsque vous aurez amélioré votre état d'esprit.

5. Vous pouvez contrôler la manière dont vous vous sentez



parce que vous pouvez choisir les pensées que vous pensez, et avec de la pratique, vous pouvez vous aligner avec qui vous êtes vraiment, peu importe le sujet.

Chapitre 18 | Phrases des pages 56-57

1. Chaque fois que vous voyez quelque chose que vous ne voulez pas, vous envoyez automatiquement une fusée de désir vers l'extérieur, car vous savez toujours plus clairement ce que vous voulez vraiment lorsque vous voyez quelque chose que vous ne voulez pas.
2. Les émotions négatives que vous ressentez surgissent parce que vous êtes encore concentré sur le « qu'est-ce qui est » non désiré, tandis que votre Être Intérieur a évolué vers la pensée de l'amélioration.
3. Je peux contrôler mes opinions si je décide de le faire.
4. La vitesse à laquelle j'atteins cette expérience améliorée dépend de moi et des pensées d'alignement ou de désalignement que je choisis.



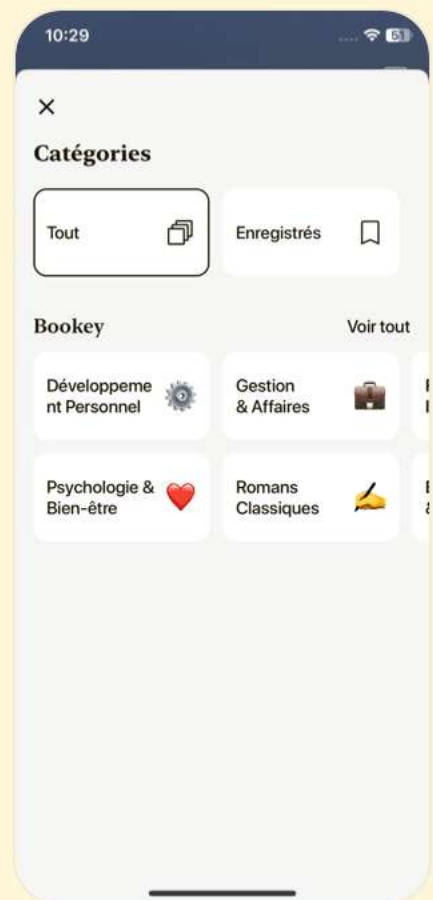
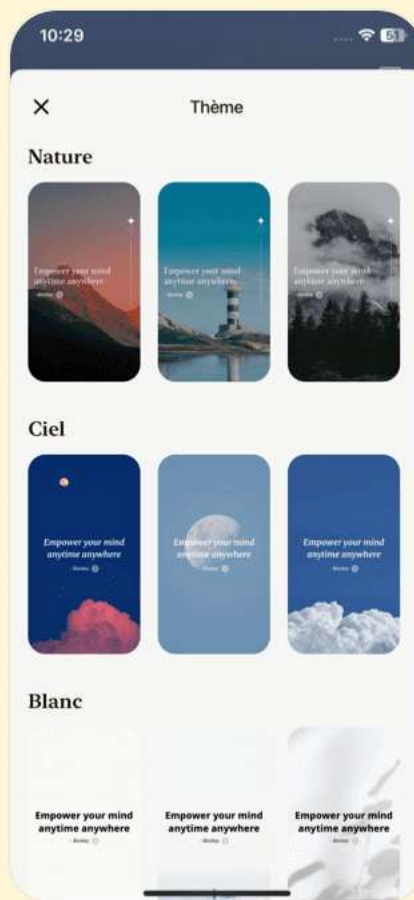
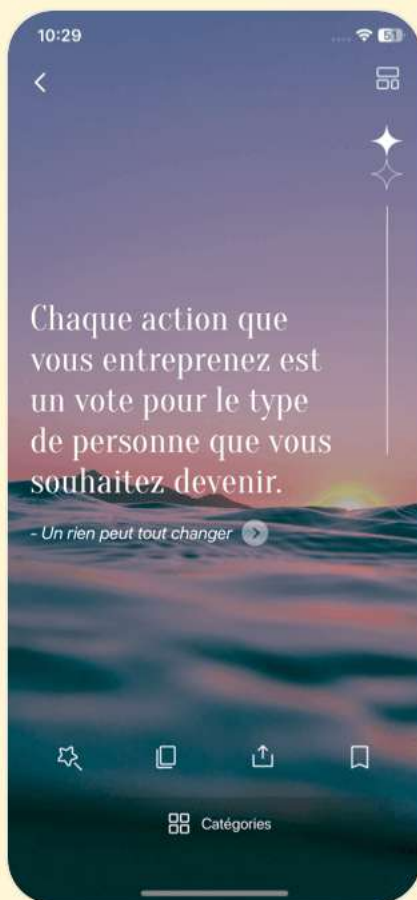


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 19 | Phrases des pages 58-60

1. On ne peut tout simplement pas vivre sa vie en essayant de satisfaire les exigences des autres.
2. Décidez qu'à partir de maintenant, vous allez travailler pour trouver l'alignement vibratoire entre vous et vous.
3. Lorsque vous êtes en alignement, vous avez alors le plus à offrir aux autres, mais cela nécessitera leur décision de venir vers leur propre alignement afin qu'ils puissent recevoir de la satisfaction.
4. Il convient vraiment de noter qu'une grande partie de leur déséquilibre est causée par votre réponse à ce qui se passe.
5. Se sentir bien peut être contagieux.
6. Je n'ai aucune intention de contrôler qui que ce soit, mais ça va être très amusant d'observer mon pouvoir d'influence.

Chapitre 20 | Phrases des pages 61-64

1. Même lorsque vous êtes dans votre corps physique, chair et os, vous êtes principalement un être vibratoire avant tout.
2. Votre vie a continué à vous inciter à demander plus, vous



avez lancé ces fusées de désirs dans votre compte vibrationnel.

3. Il est toujours plus facile d'établir et de maintenir l'équilibre de votre vibration lorsque vous n'essayez pas d'intégrer ce que les autres attendent de vous.
4. Souvent, lorsque un parent meurt, votre propre sens de la mortalité est éveillé et le sentiment que la vie est trop courte commence à émerger.
5. Nous nous attendons à ce que vous atteigniez un endroit où non seulement vous vous sentirez mieux que jamais dans votre présent, mais vous établirez une connexion vibratoire si claire avec l'être que vous êtes devenu, que vous examinerez votre enfance et votre passé à travers ces yeux de connexion.
6. En développant le schéma de toujours rechercher la pensée qui vous procure la meilleure sensation à laquelle vous avez accès en ce moment, en vous souciant de la façon dont vous vous sentez, et en vous dirigeant délibérément dans la direction de votre courant naturel, vous pouvez vivre une



expérience joyeuse quels que soient les circonstances qui vous entourent.

Chapitre 21 | Phrases des pages 65-67

1. Il ne faut pas demander à ses parents de modifier leur comportement pour vous faire plaisir.
2. Quand vous comprenez que votre ressenti n'a à voir qu'avec l'alignement de votre propre énergie de pensée, et que vous travaillez à vous mettre en alignement, indépendamment du comportement des autres, vous êtes alors autonome.
3. Si vous devenez dépendant de la capacité de solliciter un comportement amélioré des autres pour vous sentir mieux, vous vous y prenez vraiment de la manière la plus difficile.
4. Quand vous comprenez que vous pouvez contrôler la façon dont vous vous sentez parce que vous pouvez contrôler la direction ultérieure de vos propres pensées, vous êtes alors continuellement en alignement.
5. À mesure que vous commencez à rechercher davantage de pensées ultérieures, vous allez vous aligner avec l'être expansif que votre vie vous a amené à devenir.



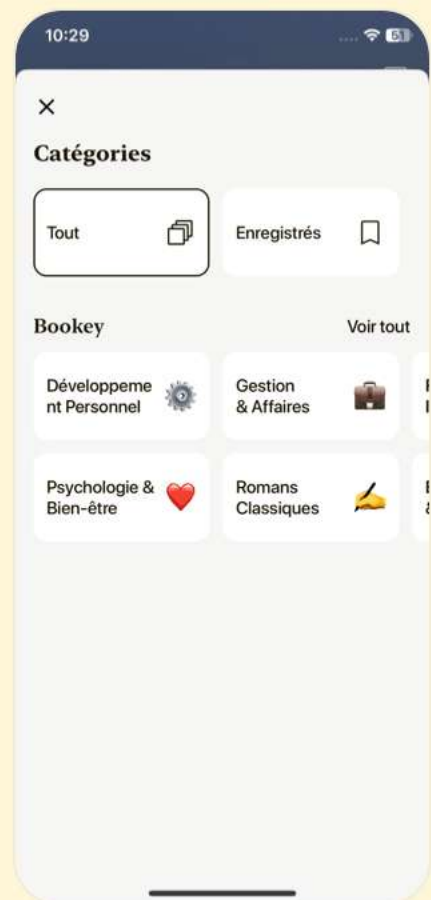
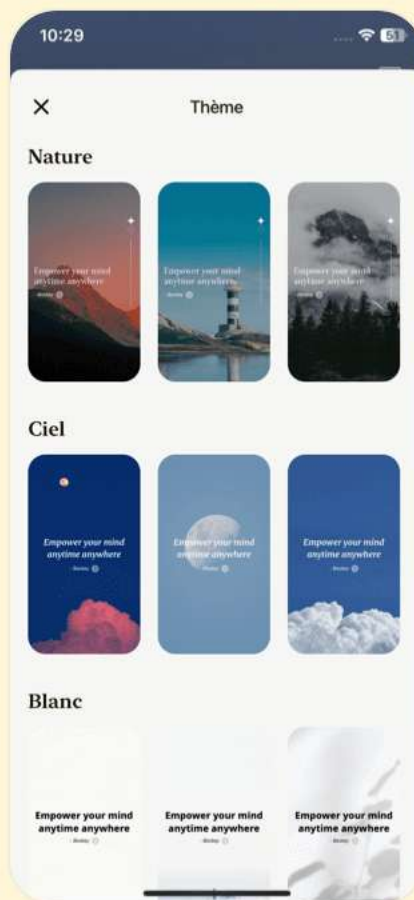
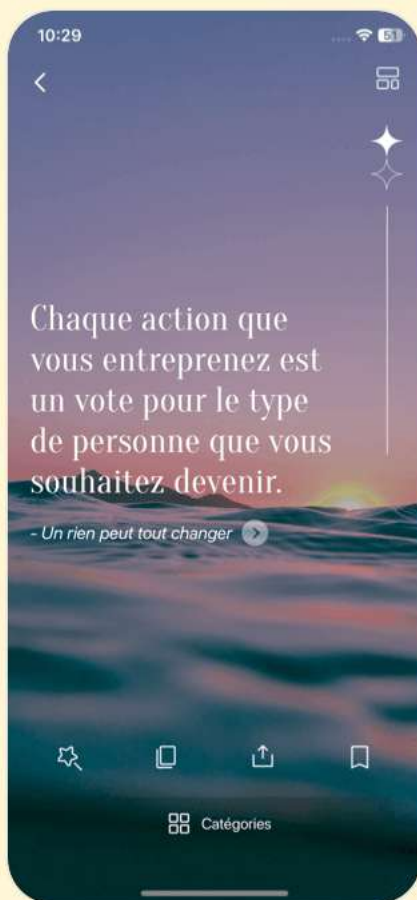


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 22 | Phrases des pages 68-70

1. Au lieu de demander aux autres de changer leur comportement, votre pouvoir réside dans le fait de changer votre réaction à leur comportement.
2. Si votre bonheur dépend des changements que les autres effectuent, alors vous ne serez jamais heureux, car il y aura toujours un besoin de plus de personnes pour opérer plus de changements.
3. Si vous apprenez à orienter vos propres pensées dans la direction de votre propre harmonie vibratoire personnelle, vous trouverez un alignement personnel en vous.
4. Lorsque vous êtes à l'écoute, connecté et en phase avec l'Énergie Source qui est vraiment qui vous êtes, seule ce que vous considérez comme bon peut être votre expérience.
5. Lorsqu'une personne ment délibérément à votre sujet, cela indique un manque d'estime de soi de sa part.
6. Ainsi, le processus de penser à des pensées qui apportent un soulagement en aval est un moyen de vous aider à vous sentir mieux.



Chapitre 23 | Phrases des pages 71-73

1. Quand vous êtes au cœur d'une expérience de vie très vivante, il est difficile de ne pas la remarquer.
2. La plupart des gens ressentent ce qu'ils ressentent à tout moment en raison de leur perception de la réalité.
3. Votre situation actuelle est la base à partir de laquelle vous demandez de nombreuses choses.
4. Vous devez trouver des pensées positives concernant vous et l'argent.
5. Vous êtes là où vous êtes, et c'est très bien.
6. Il n'y a aucune limitation pour vous.

Chapitre 24 | Phrases des pages 74-76

1. Lorsque vous désirez vraiment quelque chose et que vous êtes confronté à quelque chose qui s'y oppose, vous ressentez toujours une émotion négative.
2. Si vous pouviez adopter une approche moins sérieuse, plus ludique dans vos relations... vous ne prendriez pas ce moment comme excuse pour défier vos propres intentions



et désirs.

3. Lorsque vous êtes vraiment détendu avec les personnes avec qui vous passez du temps, vous attirerez d'autres personnes légères qui partageant cette même légèreté.
4. Vous devez trouver un moyen de vous sentir bien maintenant, même en l'absence apparente de ce que vous voulez, afin d'atteindre ce que vous souhaitez.
5. Chacune de ces pensées apporte un plus grand sentiment de soulagement. Et quelque chose de précieux est en train de se produire.



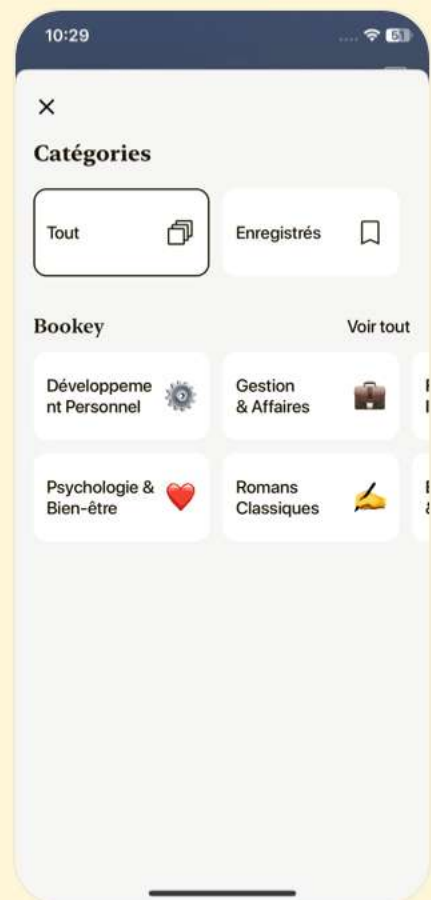
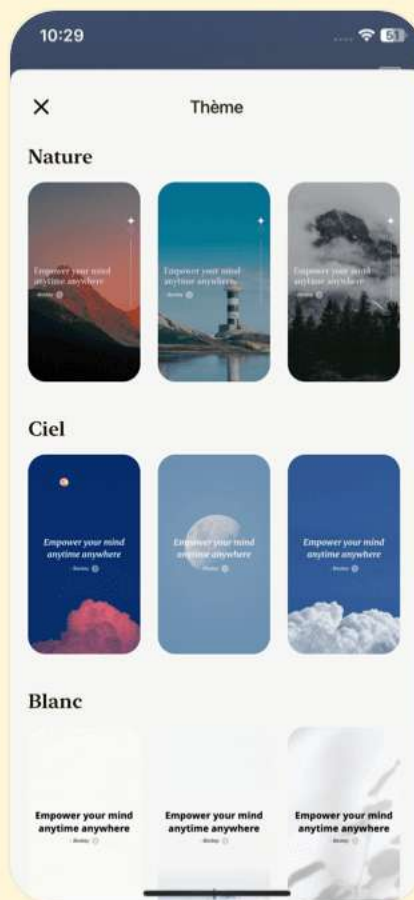
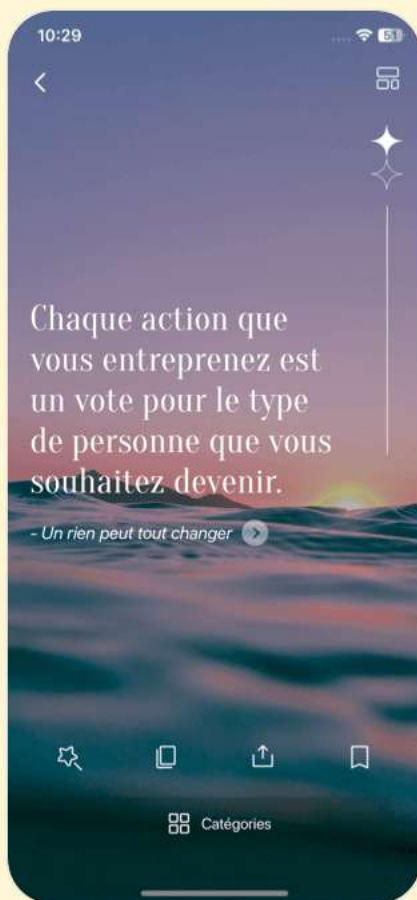


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 25 | Phrases des pages 77-79

1. La plupart des gens veulent être aimés. Ils veulent être appréciés. Et ils veulent être compris.
2. Vous avez la capacité d'aimer quelqu'un simplement parce que vous avez décidé de le vouloir.
3. Lorsque vous vous rappelez que vous pouvez contrôler la façon dont vous vous sentez, peu importe quoi, vous pouvez retrouver votre propre pouvoir.
4. Votre douleur, alors et maintenant, ne concerne qu'une seule chose : vos vibrations actuelles causées par ce que vous pensez en ce moment.
5. Il n'y a simplement aucune justification à autre chose que l'amour et l'appréciation.
6. Votre bonheur ne dépend de personne d'autre.
7. Profitez simplement des émotions nouvelles et améliorées pendant un moment jusqu'à ce qu'elles soient vraiment stables en vous.

Chapitre 26 | Phrases des pages 80-82

1. Mon bonheur dépend de ta volonté et de ta



capacité à modifier ton comportement, donc je suis impuissant.

2.Plus tu essaies de rendre les autres heureux, plus ils deviennent malheureux.

3.Il est très simple de vouloir se sentir bien et de diriger ses pensées jusqu'à y parvenir ; il est extrêmement compliqué d'essayer d'affecter le comportement ou l'état émotionnel ou l'alignement d'un autre.

4.Tu ne peux pas faire cela pour une autre personne.

5.Je suis libre de penser mes propres pensées.

6.Prends soin de ton propre équilibre vibratoire, et laisse la Loi de l'Attraction faire le reste du travail.

Chapitre 27 | Phrases des pages 83-86

1.Votre chagrin résulte de la contradiction vibratoire en vous, et vous pouvez y remédier.

2.Ce chagrin intense que vous ressentez n'est pas dû au fait que cette personne vous a quitté. Cette douleur est une indication que vous et vos pensées actuelles défiez votre propre pouvoir de création de relations, qui est vivant et



bien et vous attend dans votre épargne vibratoire.

3. La plupart des gens disent à leur partenaire quelque chose comme, 'Je veux être heureux. Et quand tu fais telle ou telle chose, je me sens heureux. Donc, je compte sur toi pour toujours faire ce qui me rend heureux.'
4. Un partenaire en quête de liberté et de joie s'épanouirait dans une relation comme celle-là.
5. Lorsque vous vous alignez et commencez à couler de manière cohérente en aval, il devient alors possible que la relation de vos rêves vienne à vous.
6. Votre système de guidance émotionnelle vous parle.



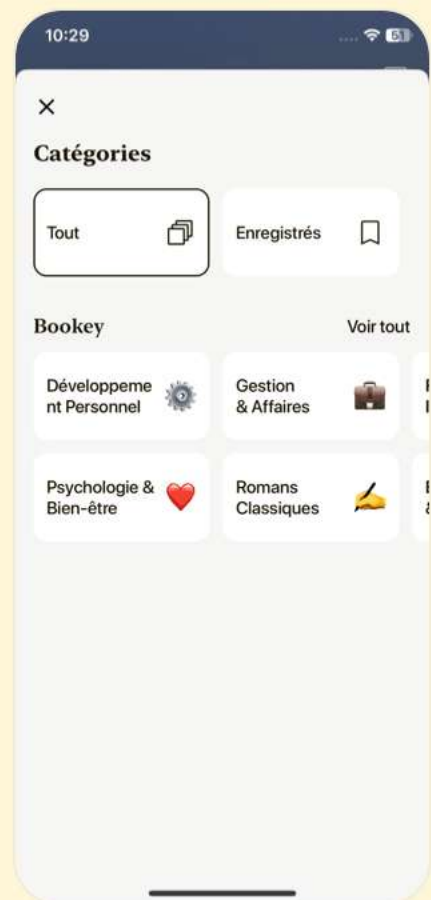
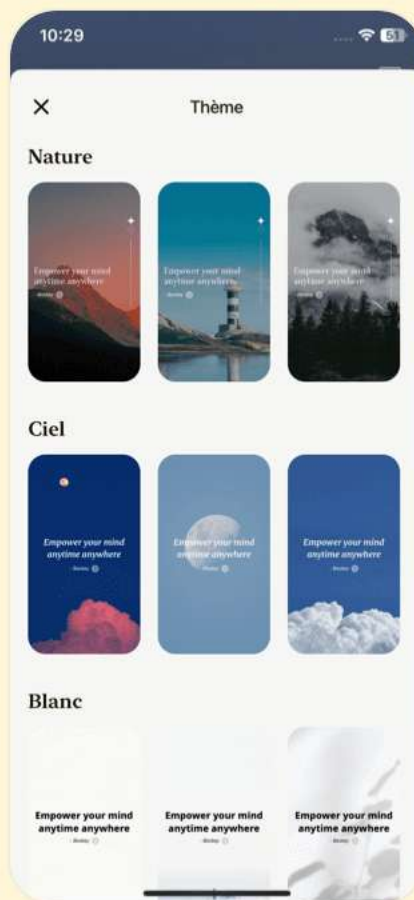
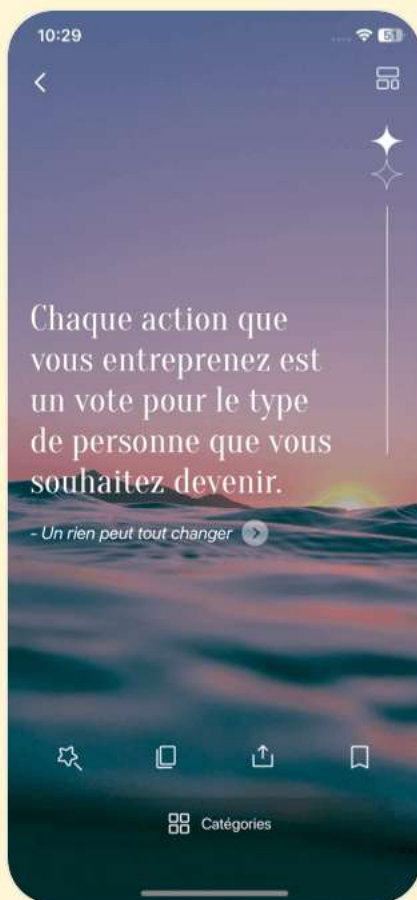


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 28 | Phrases des pages 87-91

1. Quand ai-je perdu le contrôle ?
2. Vous n'êtes pas le créateur des expériences de vos enfants.
3. Votre plus grande valeur pour vos enfants est de les aider à maintenir leur connexion à leur propre source d'énergie.
4. Votre alignement, votre connexion à votre propre source d'énergie, est plus important que votre relation avec votre enfant.
5. Chaque lutte, mauvais sentiment, désaccord, dispute ou crise que vous vivez avec vos enfants se produit lorsque vous n'êtes pas connecté à votre source d'énergie.
6. Vos parents vous ont offert ce merveilleux chemin vers cette réalité temps/espace.
7. Vous êtes le créateur de votre propre expérience.
8. J'aime l'idée de voir mes filles à travers les yeux aimants de mon propre Être intérieur.
9. Ces relations seront transformées.

Chapitre 29 | Phrases des pages 92-94

1. « Si cette personne agissait différemment, je me



sentirais mieux. » Il n'y a pas de piège plus grand que cela.

2. La meilleure partie de cette compréhension est que personne d'autre n'a besoin de posséder ou d'appliquer cette connaissance. Vous pouvez l'appliquer que les autres le fassent ou non.
3. Mon désir que les gens comprennent se réalise également à travers le travail des autres. Nous sommes tous dans le même bateau.
4. Rien ne me rend plus heureux que de voir les autres s'améliorer dans leur expérience de vie.
5. Je ne suis jamais diminué par le succès de quelqu'un d'autre, mais mon expérience est plutôt enrichie.

Chapitre 30 | Phrases des pages 95-96

1. Votre perspective sur l'expérience des autres est toujours différente de la leur.
2. Mais ce qui est vraiment requis de vous, c'est la capacité de maintenir votre équilibre et votre connexion à qui vous êtes vraiment, indépendamment des conditions qui existent.



3. L'amour inconditionnel consiste à maintenir ma connexion à ma Source – qui est l'amour – indépendamment des conditions qui m'entourent.
4. Bien qu'il soit difficile d'imaginer être préparé à la mort de l'un de ses parents, d'une certaine manière, cette maladie nous prépare tous.
5. Je commence à comprendre que toutes les choses travaillent pour notre plus grand bénéfice.
6. Parfois, des choses qui semblent déséquilibrées et à notre désavantage s'avèrent en réalité à notre avantage.



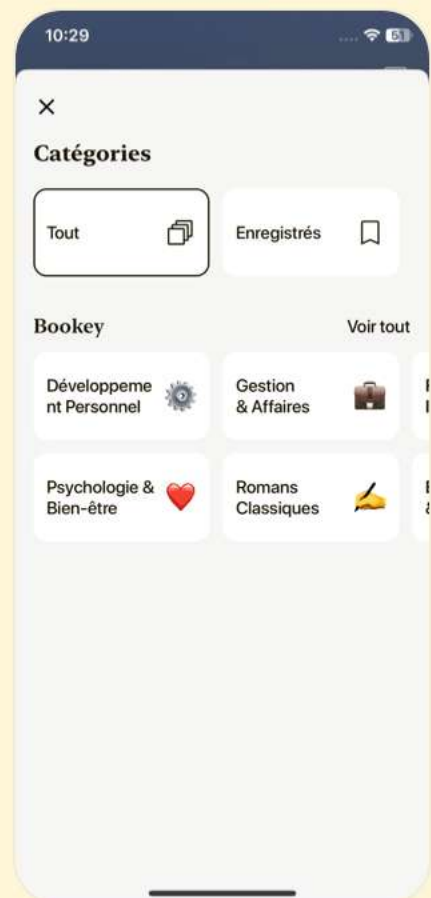
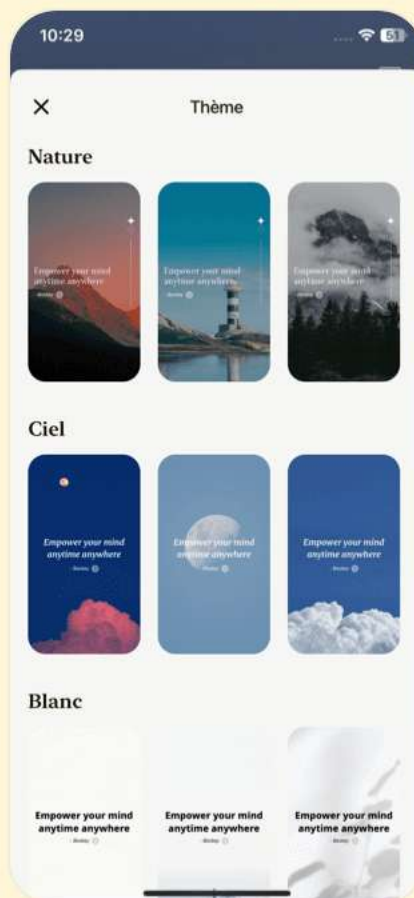
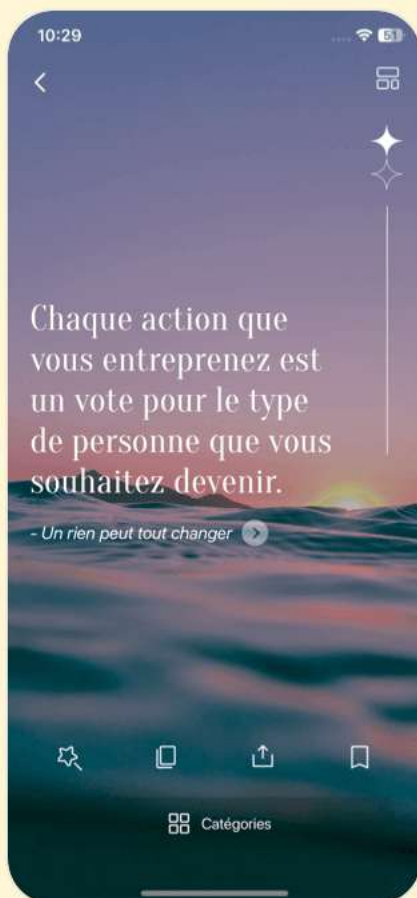


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 31 | Phrases des pages 97-99

1. Votre présent ne peut pas demander de solution supplémentaire sans un problème existant.
2. Les problèmes que vous souhaitez éviter sont en réalité nécessaires à l'expansion que vous recherchez.
3. Les détails ne vous alourdissent pas, mais votre propre énergie dispersée le fait.
4. Rien ne fait ressortir le pire chez l'autre plus rapidement que votre concentration sur cela.
5. Je dois trouver un moyen d'être satisfait.
6. J'adore créer un environnement pour l'expansion ainsi que pour la prospérité.

Chapitre 32 | Phrases des pages 100-101

1. Personne n'a le pouvoir de vous priver de quoi que ce soit. Et quand vous comprenez cela, et que vous ne luttez plus contre rien, toutes les choses que vous désirez entreront facilement dans votre expérience.
2. C'est vous qui déterminez s'ils apportent un bénéfice ou un



préjudice, car c'est vous qui les voyez d'une manière amont, résistante, ou d'une manière aval, permissive.

3. Je suis assez puissant en mon être pour créer tout ce que je choisis.

4. En tenant fermement à mes idées sur ce que je désire, je ne lutte en aucune façon contre lui.

5. Avec le temps, s'il le souhaite, nous pouvons co-créeer ouvertement sur de nombreux sujets. En attendant, je vais silencieusement et joyeusement créer tout ce que je choisis.

Chapitre 33 | Phrases des pages 102-103

1. Lorsque vous êtes joyeusement concentré sur votre moment présent, laissant la partie plus vaste de vous s'écouler complètement en vous et explorant ce moment maintenant à la recherche de pépites d'expérience de vie agréable, tous les sentiments de manque disparaîtront alors que votre nature éternelle prédomine.

2. S'ils savaient seulement que la sortie n'est qu'une autre entrée, leur inconfort serait remplacé par ce délicieux



sentiment d'aventure éternelle.

3. Et quand vous le ferez, non seulement vous vous sentirez mieux immédiatement, mais le reste de votre expérience physique sera rempli d'émerveillement et de délice.

4. Je n'ai pas besoin que les autres modifient leur comportement pour apaiser mes sentiments.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

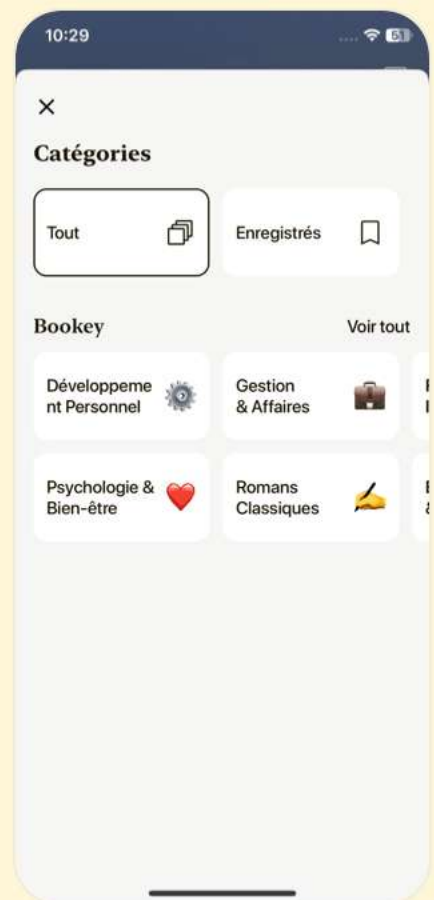
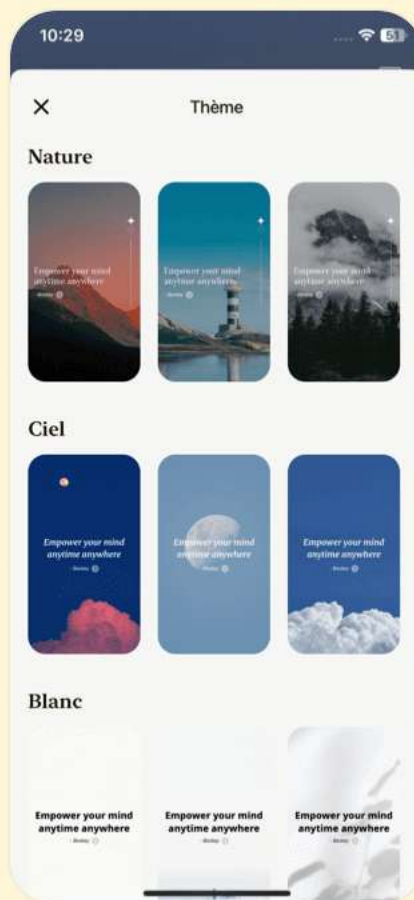
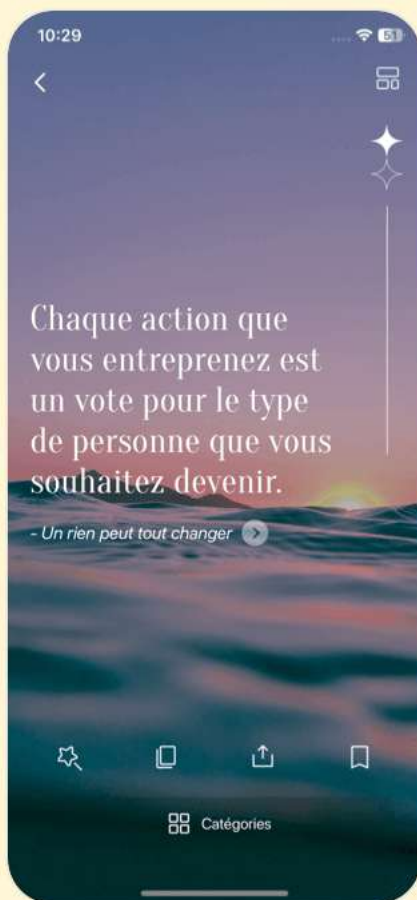


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 34 | Phrases des pages 104-105

1. Lorsque quelqu'un se met entre vous et votre intention de devenir le créateur de votre propre expérience, attention, car cela ne se termine jamais bien.
2. Alors que vos enfants témoignent de votre clarté, de votre légèreté d'esprit et de votre bien-être général, vous leur enseignerez, par le pouvoir de votre propre exemple, comment se connecter à leur propre guidance.
3. Il n'y a pas de plus grand cadeau qu'un parent puisse donner à ses enfants que l'exemple d'une vie alignée avec sa propre guidance.
4. Je veux que mes efforts visent à inspirer son alignement, et non à la punir pour ne pas être en alignement.
5. Mon souci n'est pas pour les mensonges eux-mêmes, mais pour la raison de ces mensonges.

Chapitre 35 | Phrases des pages 106-108

1. Votre vibration est votre point d'attraction. Et vous contrôlez votre vibration, car vous avez le



pouvoir sur la direction de vos pensées.

2.Plus vous vous sentez peu apprécié, plus vous l'êtes.

3.Lorsque vous êtes concentré sur vos désirs et que vous vous sentez donc constamment bien parce que vous êtes en parfaite harmonie, vous émettez un résumé vibratoire, et des opportunités apparaissent partout devant vous.

4.Ne laissez pas une déception insignifiante vous éloigner de tout ce que vous désirez.

5.Je ne suis probablement pas le seul à me sentir digne de cela non plus. Je peux me ressaisir et tirer le meilleur de cette situation.

6.Je me sens impatient de découvrir ce qui est encore à venir.

Chapitre 36 | Phrases des pages 109-110

1.Votre préoccupation et votre inquiétude ne servent à rien, mais sont plutôt des indicateurs que vous vous coupez de l'aide.

2.Les solutions ne peuvent pas surgir tant que le problème fait rage en vous.

3.Votre seule option en ce moment est de trouver un moyen



de vous sentir mieux.

4. Avant qu'une réponse n'arrive, il semble souvent qu'elle ne viendra jamais, et quand la réponse arrive finalement, vous vous demandez pourquoi vous avez douté qu'elle viendrait.
5. Quand vous vous sentez mieux, vous avez relâché la résistance.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

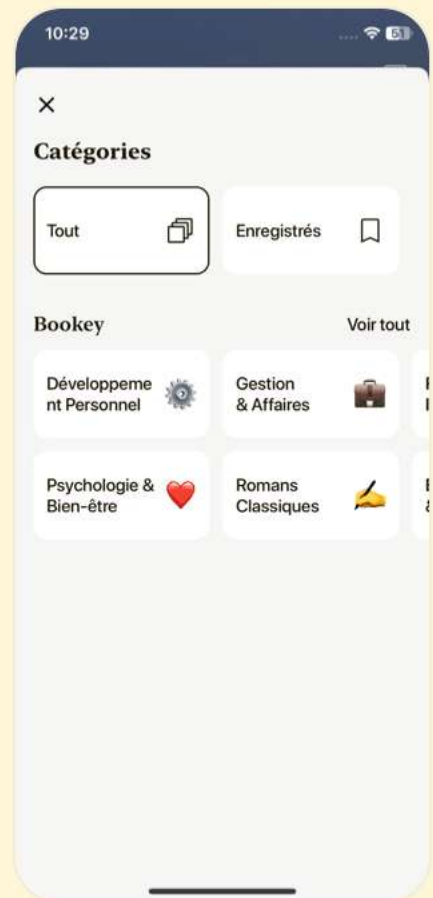
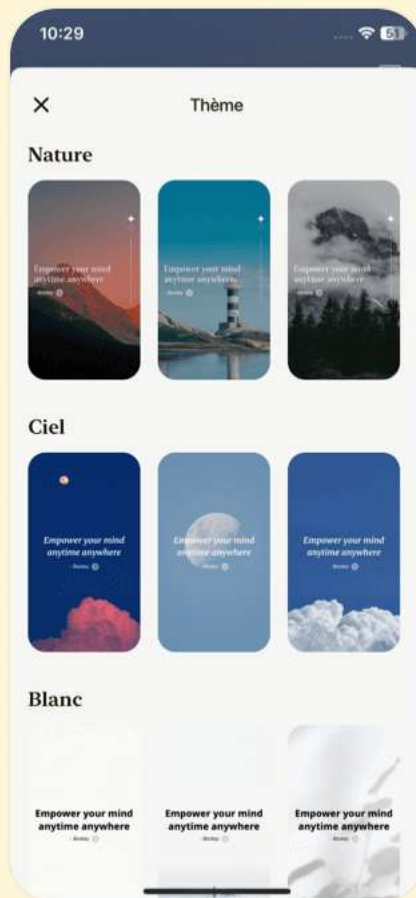
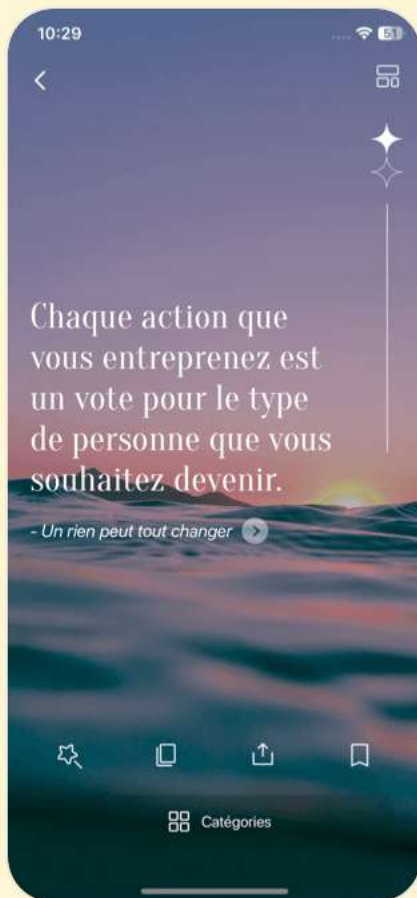


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 37 | Phrases des pages 111-112

- 1....l'un des plus grands obstacles qui ralentit le processus d'obtention de ce que l'on désire, et qui parfois empêche d'y parvenir, est la fixation sur notre position par rapport à l'endroit où nous voulons être.
- 2.Vous devez, en quelque sorte, faire la paix avec où vous êtes pour vous permettre de vous déplacer vers un endroit où vous préféreriez être.
- 3.Toute action entreprise depuis un endroit d'émotion négative ne produira pas de résultats positifs.
- 4.La clé de la création délibérée est simplement de décider comment vous voulez vous sentir et ensuite de trouver un moyen de ressentir cela maintenant.
- 5.Si vous continuez à observer une condition désagréable, sans faire d'effort pour trouver une façon de la voir plus positivement, la condition ne s'améliorera non seulement pas, mais la loi de l'attraction apportera de nouvelles preuves pour la soutenir.



Chapitre 38 | Phrases des pages 113-114

1. La peur signifie simplement que vous êtes en amont. Et nous voulons que vous compreniez que vous devez pointer en amont pendant un temps significatif avec une grande constance avant de compromettre votre bien-être au point de créer quelque chose de véritablement négatif.
2. La plupart des gens offrent la majorité de leurs pensées en réponse aux choses de leur vie qu'ils observent. Certains demandent obstinément : 'Mais comment la première chose négative est-elle arrivée ?' Et notre réponse est : tout ce qui vous arrive n'est qu'un sous-produit de vos pensées et sentiments constants.
3. Car vous avez le pouvoir total ici et maintenant de choisir des pensées qui améliorent vos émotions. Et maintenant que vous comprenez le courant de la vie, et que vous pouvez toujours dire par rapport à votre ressenti si vous êtes en aval vers l'accomplissement de vos désirs ou en amont en résistance à vos désirs, vous ne serez plus jamais



influencé négativement à votre insu.

4. Il n'y a pas de moment plus délicieux que celui où vous avez dirigé vos pensées pour harmoniser avec la perspective plus large de votre être.

5. Je sais aussi qu'un sentiment constamment amélioré sera le précurseur d'une condition améliorée.

Chapitre 39 | Phrases des pages 115-117

1. Vous ne pouvez pas penser à la place de votre mari, et vous ne pouvez pas créer sa réalité. Mais vous pouvez penser par vous-même, et vous pouvez créer votre propre réalité.

2. La maladie est toujours due à un déséquilibre vibratoire.

3. Votre volonté de vous sentir bien est la seule exigence.

4. Vous devez trouver un moyen de vous sentir bien, qu'il s'améliore ou s'aggrave, ou qu'il vive ou meure.

5. Améliorer votre façon de ressentir en choisissant délibérément vos pensées.

6. Vous ne connaîtrez jamais le merveilleux pouvoir de votre influence sur le Bien-Être de tous tant que vous ne serez



pas en pleine harmonie avec qui vous êtes réellement.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

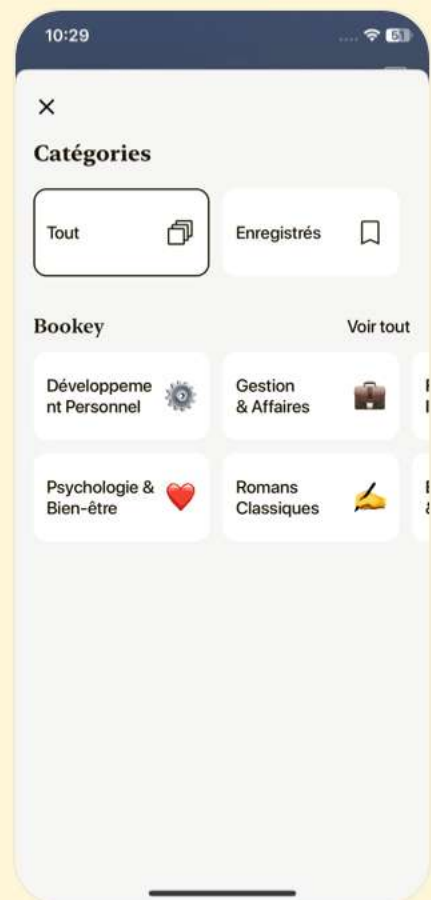
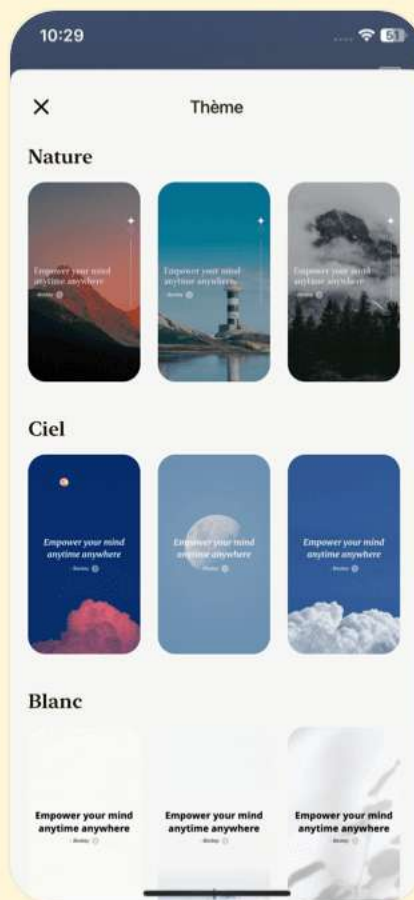
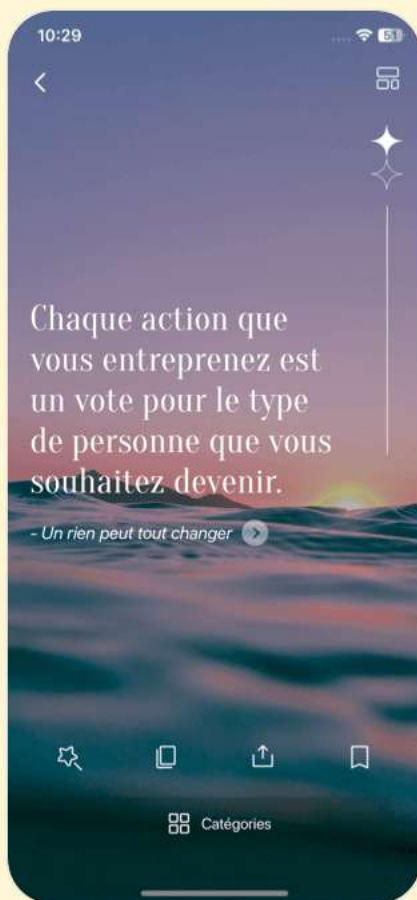


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 40 | Phrases des pages 118-120

1. La plupart des gens qui désirent une relation croient qu'une relation médiocre vaut mieux que pas de relation du tout. Mais nous ne sommes pas d'accord avec cela.
2. Tout ce que vous vivez vous amène à faire des dépôts réguliers dans votre compte d'entier vibratoire.
3. En termes simples, quiconque sort de votre expérience pour quelque raison que ce soit n'était pas en accord avec le merveilleux avenir qui vous attend dans votre compte d'entier vibratoire.
4. Ne vous laissez pas entraîner dans le drame de quelqu'un d'autre. Ne vous mettez pas à l'envers pour plaire aux autres d'une manière déformée de soulagement de leur désalignement.
5. Cette relation m'a aidé à définir plus clairement qui je suis et ce que je cherche.
6. Si vous continuez à vous sentir bien, tout ce que vous désirez doit venir.



Chapitre 41 | Phrases des pages 121-122

1. Votre chien, comme tous les animaux de votre planète, est généralement beaucoup plus en phase avec son être intérieur que la plupart des humains.
2. Vos animaux sont résilients, cependant, ils peuvent facilement retrouver leur alignement, car ils ne gardent pas de rancunes et ne rejouent pas des scénarios passés dans leur esprit comme le font les humains.
3. Parfois, votre cher animal manifeste des symptômes physiques en tant que partie de votre système de guidance.
4. Je vais chercher des raisons de me sentir bien à son sujet et ignorer le reste.
5. Je sens que c'est son message pour moi - se sentir mieux parce que je choisis de le faire, et non parce qu'il me donne une raison de me sentir mieux. C'est tellement puissant.

Chapitre 42 | Phrases des pages 123-124

1. ...la LOA répond à votre vibration, pas à vos actions.
2. vous ne pouvez pas atteindre un équilibre financier tant que



vous n'avez pas d'abord atteint un équilibre vibratoire en vous-même.

3.Si vous laissez l'amélioration de votre ressenti être votre objectif, de plus grandes sommes d'argent commenceront à affluer vers vous.

4....comparer une de vos pensées à une autre de vos pensées avec l'intention unique de trouver une pensée qui fait mieux ressentir, vous donnera plutôt rapidement un sens clair de direction positive.

5....nous avons tant de vie et d'opportunités devant nous.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

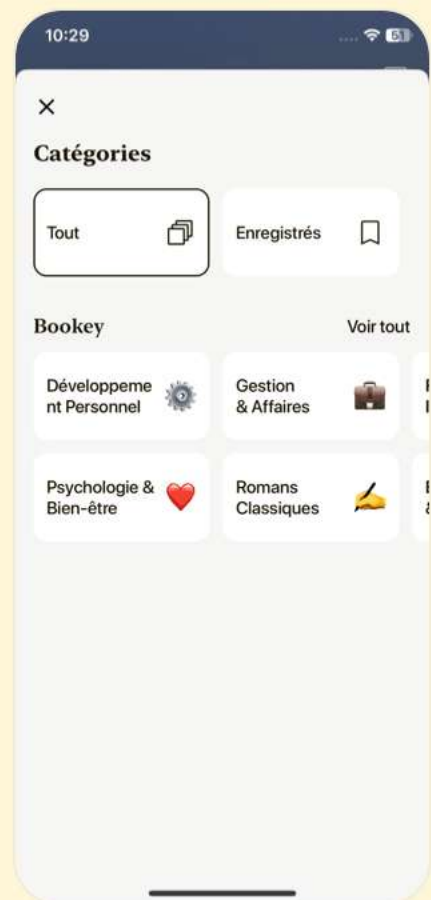
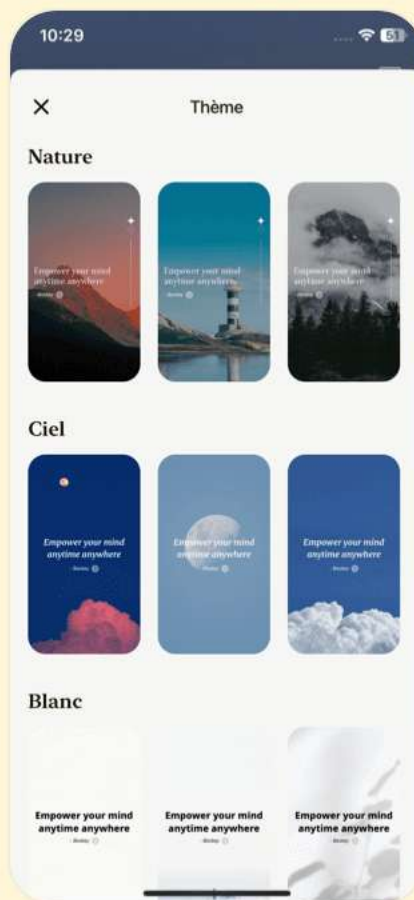
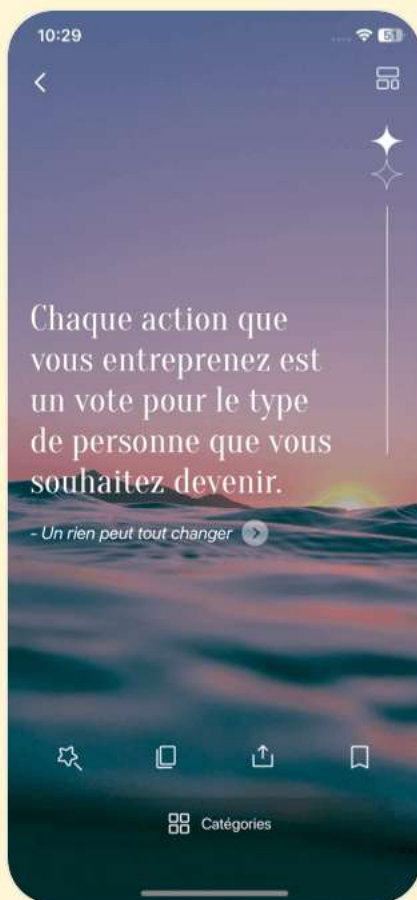


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 43 | Phrases des pages 125-126

1. Votre chien représentait une Pure Énergie Positive pour vous.
2. Si nous étions à votre place, nous nous concentrerions sur le sentiment d'élévation que vous avez si souvent ressenti en compagnie de votre chien.
3. Vous pouvez vous sentir mieux de toute façon, si vous essayez.
4. Mais au lieu de combler ce vide avec ce qui manque vraiment – l'alignement avec votre Être Intérieur.
5. Ce processus de recherche de pensées légèrement améliorées est conçu pour vous aider à réaliser que, même si vous ne pouvez pas ramener ce merveilleux chien à la vie, vous pouvez vous sentir mieux de toute façon, si vous essayez.

Chapitre 44 | Phrases des pages 127-129

1. Vos enfants ne sont pas vous, et ils ne sont pas venus pour être vous. Vos enfants sont arrivés dans cette réalité de temps/espace avec leurs propres



désirs et projets.

2. L'amour inconditionnel est exactement ce que cela signifie – être connecté à l'amour et à qui vous êtes vraiment, sans égard aux conditions.
3. Vous êtes tous des extensions de l'Énergie Source. Vous n'êtes pas venus dans cette expérience physique avec l'intention de prendre toutes les idées qui existent et de les réduire à une poignée de bonnes idées.
4. Et vous saviez par-dessus tout que la Source qui est en vous, la Source d'où vous venez, la Source qui vous appelle, la Source dont le regard ne s'éloigne jamais de vous, la Source de Tout-Ce- Qui-Est, vous aime inconditionnellement.



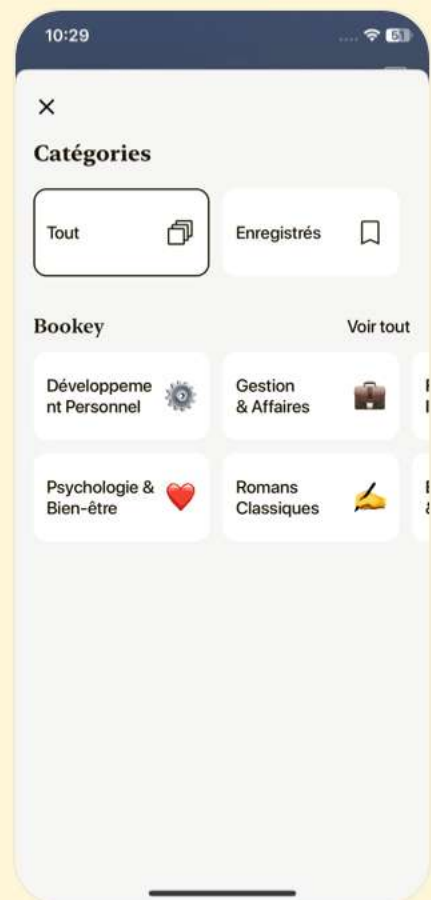
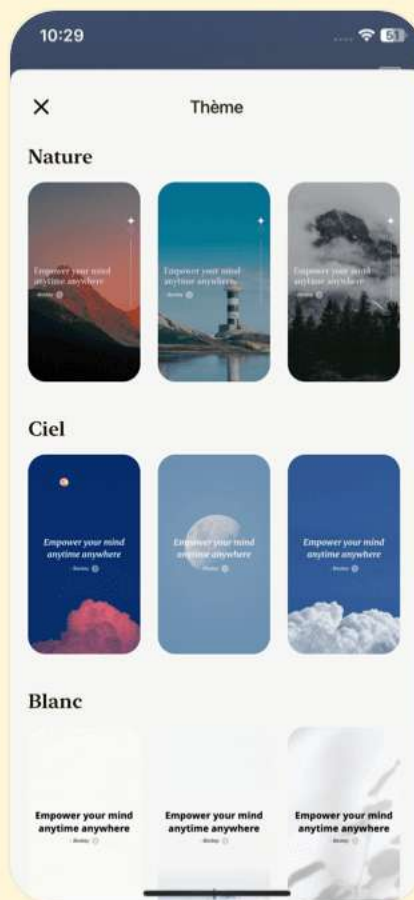
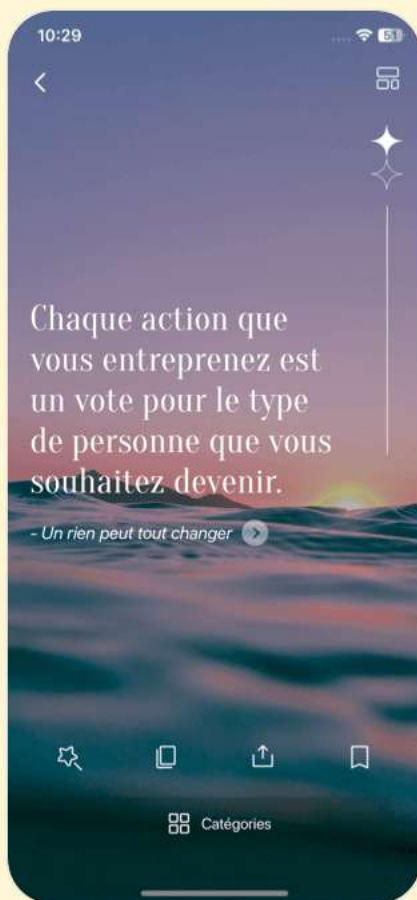


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus d'un million de citations
Plus de 1000 résumés de livres

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Le fabuleux pouvoir des émotions

Questions

Voir sur le site de Bookey

Chapitre 1 | Abraham Nous Accueille Tous Sur la Terre| Questions et réponses

1.Question

Que signifie avoir une perspective plus large de la vie ?

Réponse:Une perspective plus large de la vie vous

permet de voir au-delà des expériences et des

circonstances immédiates. Elle vous aide à

comprendre que votre existence fait partie d'un plan

plus grand et éternel qui précède votre vie physique.

Cette perspective peut réduire les peurs et accroître

votre appréciation du voyage de la vie.

2.Question

Pourquoi l'auteur compare-t-il la vie sur Terre à l'entrée dans un cinéma ?

Réponse:La comparaison illustre que tout comme entrer dans

un cinéma n'est pas le début de votre existence, naître dans

un corps physique n'est pas le début de qui vous êtes. Cela

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

suggère que, à l'instar de la continuité des expériences avant d'entrer dans le cinéma, nous avons tous une histoire et une essence qui transcendent notre naissance physique.

3.Question

Comment pouvons-nous nous souvenir de qui nous sommes avant notre existence physique ?

Réponse:Nous pouvons nous souvenir de notre essence plus vaste en réfléchissant à nos valeurs fondamentales et aux expériences qui nous ont façonnés avant notre naissance physique. Cela implique de puiser dans notre sagesse intérieure et de reconnaître que nous sommes plus que notre présence physique.

4.Question

Quelle devrait être notre attitude envers la vie selon le chapitre ?

Réponse:Notre attitude devrait être celle de l'enthousiasme, de la joie et de la confiance dans le déroulement de la vie. Cet état d'esprit nous permet d'évoluer et de prospérer dans nos expériences sur Terre.



5.Question

Quelle est la signification de la foi selon le chapitre ?

Réponse:La foi est essentielle car elle comble le fossé entre notre compréhension actuelle et une perspective plus élevée. Elle nous permet d'évoluer nos croyances en une connaissance, conduisant à une compréhension plus profonde de nous-mêmes et de notre but.

6.Question

Sur quoi devrions-nous nous concentrer pour nous aligner avec notre vrai but sur Terre ?

Réponse:Nous devrions nous concentrer sur la joie, l'expansion et la beauté de la diversité qui nous entoure. Accepter ces aspects nous guidera vers la réalisation de notre véritable but et vers une vie épanouissante.

7.Question

Comment le chapitre décrit-il les sentiments avant d'entrer dans un corps physique ?

Réponse:Avant d'entrer dans un corps physique, il y a une anticipation exaltante. Cela inclut une compréhension profonde de l'environnement et une envie de vivre la



diversité de la vie sur Terre, sans peur ni préoccupation.

8.Question

Quelle invitation est-elle faite à la fin du chapitre ?

Réponse:L'invitation est d'embrasser et de vivre pleinement la vie sur Terre avec joie et appréciation, en reconnaissant que vous faites partie d'un grand voyage éternel.

Chapitre 2 | Se souvenir de la vue d'ensemble| Questions et réponses

1.Question

Que dit le chapitre sur la relation entre notre soi physique et notre soi non-physique ?

Réponse:Le chapitre souligne que notre existence englobe à la fois un soi physique (le 'vous' avec lequel nous nous identifions) et un soi non-physique, désigné comme l' 'Être Intérieur'. Cet Être Intérieur est une extension de l'Énergie Positive Pure et est toujours conscient et éveillé. L'interaction entre ces deux perspectives est cruciale pour comprendre nos expériences de vie.

2.Question

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Comment devrions-nous percevoir notre aspect non-physique selon le chapitre ?

Réponse:Le chapitre nous encourage à considérer notre aspect non-physique, ou Être Intérieur, comme une force directrice en nous, semblable à notre soi supérieur ou Source. Cette perspective nous aide à réaliser que cet aspect de nous n'est pas séparé mais intégré à nos expériences physiques, s'élargissant constamment à mesure que nous interagissons avec le monde physique.

3.Question

Pourquoi est-il important de comprendre nos émotions par rapport à notre Être Intérieur ?

Réponse:Comprendre nos émotions est essentiel pour saisir notre relation avec l'Être Intérieur non-physique. Les émotions servent de guide qui nous aide à naviguer dans l'interaction entre nos expériences physiques et notre identité non-physique plus large, menant finalement à une compréhension plus profonde de qui nous sommes.

4.Question



Quel malentendu concernant Dieu l'auteur aborde-t-il dans ce chapitre ?

Réponse: L'auteur aborde le malentendu selon lequel Dieu est un être non-physique parfait, et que les humains doivent s'efforcer d'atteindre cette perfection. Au contraire, il est souligné que chaque personne est une extension de cette énergie source, ce qui suggère que Dieu connaît l'expansion et la croissance à travers nos expériences physiques.

5.Question

De quelle manière le chapitre suggère-t-il que nous pensons à notre existence ?

Réponse: Le chapitre suggère que nous considérions notre existence comme une expansion de la conscience, où notre vie physique est une extension de nos origines non-physiques. Au lieu de nous percevoir comme séparés d'une puissance supérieure, nous sommes invités à reconnaître que nous participons activement à l'expansion de cette puissance.

6.Question



Que signifie le terme 'avant-garde de la pensée' dans ce chapitre ?

Réponse: L' 'avant-garde de la pensée' fait référence au moment présent où nous sommes physiquement concentrés, où nos pensées et expériences sont les plus vives et impactantes. Cela souligne l'idée que notre moment présent est un point de connexion crucial entre notre soi physique et la conscience plus large de notre Être Intérieur.

7.Question

Comment le chapitre cadre-t-il l'idée de la naissance physique et de l'existence non-physique ?

Réponse: Le chapitre cadre la naissance physique comme une manifestation de la pensée non-physique. Il explique que nous, en tant qu'êtres conscients, avons existé dans un état non-physique avant de naître, et cette transition représente la réalisation d'une idée sous forme physique, permettant une relation continue entre les deux aspects de nous-mêmes.

8.Question

Quel rôle jouent les émotions dans la compréhension de notre connexion à la Source ?



Réponse: Les émotions agissent comme un pont pour comprendre notre connexion à la Source en fournissant un retour d'information sur notre niveau d'alignement avec notre véritable essence ou Être Intérieur. Elles nous aident à naviguer dans la vie et à rester conscients de si nous sommes en accord ou en conflit avec notre nature profonde.

9.Question

Pourquoi l'auteur préfère-t-il le terme 'Source' plutôt que 'Dieu' ?

Réponse: L'auteur préfère le terme 'Source' car il évite les notions préconçues associées au mot 'Dieu', qui portent souvent des associations pouvant entraver une compréhension plus profonde. En utilisant 'Source', cela ouvre de nouvelles perspectives sur l'énergie non-physique qui crée et relie tout.

10.Question

Quel est le message ultime du chapitre concernant l'identité de soi ?

Réponse: Le message ultime du chapitre concernant l'identité



de soi est que nous sommes des êtres doubles, incarnant à la fois un soi physique et un Être Intérieur non-physique. En reconnaissant cette dualité et la connexion entre les deux, nous pouvons mieux comprendre notre but, nos émotions et nos expériences dans la vie.

Chapitre 3 | -- L'univers continue d'expanser à travers vous| Questions et réponses

1.Question

Quelle est l'importance de vivre sa vie d'un point de vue égoïste selon le texte ?

Réponse: Vivre sa vie d'un point de vue égoïste est essentiel car cela permet aux individus de percevoir et de créer leurs propres préférences et désirs. Selon le texte, chaque expérience—même négative—éclaire ce que l'on veut vraiment, menant à une croissance personnelle et à l'expansion de l'Univers.

2.Question

Comment les expériences contrastées contribuent-elles à la croissance personnelle ?



Réponse: Les expériences contrastées, telles que faire face à ce que l'on ne veut pas, servent de catalyseurs pour réaliser et définir de nouveaux désirs. Le texte souligne qu'à travers ces contrastes, les individus font évoluer continuellement leurs préférences, ce qui, à son tour, déclenche l'expansion plus large de la conscience et de l'Univers lui-même.

3.Question

Quel rôle jouent les pensées dans le processus de manifestation ?

Réponse: Les pensées sont la première étape de toute création ; tout ce qui existe a commencé comme une pensée ou une idée qui a été nourrie avec le temps. Le texte illustre qu'une concentration constante sur une idée particulière mène à sa manifestation physique éventuelle, illustrant le pouvoir de la pensée dans la formation de la réalité.

4.Question

Comment peut-on déterminer si l'on est en accord avec son Être intérieur ?

Réponse: On peut évaluer son accord avec son Être intérieur



en observant ses émotions. Des sentiments positifs tels que l'amour, la joie et l'enthousiasme indiquent un alignement avec la version élargie de soi-même qui a émergé des expériences de la vie, tandis que des émotions négatives signalent une déconnexion ou une résistance à cette croissance.

5.Question

Comment le concept de compte vibratoire se rapporte-t-il au développement personnel ?

Réponse:Le compte vibratoire fait référence à l'accumulation de désirs et d'améliorations que les individus ont conçus à travers leurs expériences. Ces idées sont conservées dans un 'compte vibratoire', les nourrissant et attendant leur réalisation. La partie plus large d'un individu, son Être intérieur, a déjà embrassé ces désirs, appelant constamment l'individu à s'aligner et à les manifester.

6.Question

Que signifie s'autoriser à être la 'version élargie' de ce qu'on est devenu ?



Réponse: S'autoriser à être la version élargie signifie embrasser les nouveaux désirs et les nouvelles idées acquis grâce aux expériences de la vie. Cela implique d'être ouvert à la croissance et au changement, ce qui peut être ressenti comme des émotions positives. En revanche, résister à cette croissance entraîne des sentiments de négativité et d'inconfort, indiquant un désalignement avec sa véritable expansion.

7.Question

Pourquoi le processus de création est-il perçu comme exaltant d'un point de vue non physique ?

Réponse: D'un point de vue non physique, le processus de création est exaltant car il représente la nature fondamentale de l'existence : l'expansion et l'évolution sans fin. La capacité de concevoir de nouvelles idées et désirs à travers les expériences de la vie est considérée comme une opportunité passionnante de croissance et de contribution à l'Univers plus large.

8.Question



Comment la compréhension de l'interaction entre le désir et la réalité impacte-t-elle la vie d'une personne ?

Réponse: Comprendre l'interaction entre le désir et la réalité permet aux individus de créer consciemment leur vie.

Reconnaître que les désirs naissent des expériences favorise une approche proactive de la vie, encourageant une prise de conscience de la façon dont les réponses émotionnelles signalent l'alignement ou le désalignement avec leur véritable chemin d'expansion.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorbez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 4 | -- Vous êtes un être vibratoire|

Questions et réponses

1.Question

Que signifie être un être vibratoire ?

Réponse:Être un être vibratoire signifie que vous recevez et interprétez constamment des signaux vibratoires de votre environnement, tout comme un téléviseur reçoit et traduit des signaux en images. Vos sens physiques vous permettent de percevoir et d'interagir avec la réalité qui vous entoure, soulignant l'idée que la réalité n'est pas une entité fixe, mais plutôt une interprétation unique des vibrations.

2.Question

Comment les émotions servent-elles de sixième sens ?

Réponse:Les émotions agissent comme un sixième sens car elles reflètent directement à quel point vous êtes en accord avec votre véritable moi. Tout comme nos cinq sens nous informent sur notre environnement physique, les émotions signalent notre état intérieur et nous aident à comprendre nos



désirs et nos expériences. Reconnaître et interpréter ces signaux émotionnels peut mener à une plus grande conscience de soi et à un épanouissement.

3.Question

Pourquoi est-il important de comprendre nos émotions ?

Réponse:Comprendre nos émotions est crucial car elles nous guident pour nous aligner avec nos véritables désirs et chemins. En étant conscients de nos ressentis, nous pouvons ajuster nos pensées et nos actions pour mieux résonner avec nos aspirations. Cela nous donne le pouvoir de créer une expérience de vie plus riche et plus significative.

4.Question

Comment fonctionne le processus de naissance de nouveaux désirs ?

Réponse:Au fil de votre vie, les expériences, interactions et défis vous amènent à identifier de nouveaux désirs, connus sous le nom de 'fusées de désir'. Chaque désir provient des contrastes de la vie : lorsque vous rencontrez quelque chose d'agréable, vous en désirez son opposé. Ce flux incessant de



désirs vous aide à vous développer et à évoluer vers une version de vous-même plus raffinée.

5.Question

Quel rôle jouent nos expériences dans notre croissance personnelle ?

Réponse:Chaque rencontre, chaque information consommée et chaque émotion ressentie contribue à votre croissance personnelle. Ces expériences nourrissent la naissance de nouveaux désirs, créant un cycle continu de croissance où la partie non physique de vous évolue constamment en fonction de ce que vous demandez et aspirez à devenir.

6.Question

Comment pouvons-nous utiliser notre conscience des émotions dans nos vies ?

Réponse:Nous pouvons utiliser notre conscience des émotions en vérifiant régulièrement comment nous nous sentons. En reconnaissant nos émotions comme des signaux, nous pouvons faire des choix qui s'alignent avec nos véritables désirs, naviguer plus efficacement dans les défis de



la vie et finalement orienter nos vies dans une direction qui se sent bien et épanouissante.

7.Question

Que se passe-t-il lorsque nous ne sommes pas en accord avec notre véritable moi ?

Réponse:Lorsque nous ne sommes pas en accord avec notre véritable moi, nous pouvons éprouver des émotions négatives telles que la frustration, la confusion ou la tristesse. Ces sentiments indiquent que nous ne sommes pas en phase avec nos désirs ou notre essence véritable, signalant un besoin de réévaluer et de nous réaligner avec ce que nous voulons réellement.

8.Question

Comment le concept de devenir constamment affecte-t-il notre identité ?

Réponse:L'idée de devenir constamment suggère que nos identités ne sont pas statiques mais en perpétuelle évolution. Chaque expérience contribue à qui nous sommes, nous exhortant à embrasser le changement et à poursuivre notre



croissance. Cette perspective nous permet de voir nos vies comme un voyage continu d'amélioration de soi et de découverte.

Chapitre 5 | -- Vos Émotions Sont des Indicateurs Absolus| Questions et réponses

1.Question

Que signifie le concept de 'vibrational escrow' en termes de désirs et d'émotions ?

Réponse:Le 'vibrational escrow' fait référence à l'espace mental où vos désirs sont conservés au fur et à mesure de leur évolution. Chaque fois que vous réalisez que vous manquez de quelque chose — que ce soit d'argent, de santé ou de reconnaissance — cette prise de conscience amplifie votre désir pour cet aspect manquant. À mesure que vous rencontrez diverses expériences de vie qui mettent en lumière vos désirs, ceux-ci s'accroissent dans votre 'vibrational escrow', permettant à votre Être Intérieur d'évoluer vers une version plus élargie de vous-même.



2.Question

Comment les émotions peuvent-elles servir d'indicateurs de notre alignement avec notre vrai soi ?

Réponse:Les émotions sont des indicateurs de la relation vibratoire entre vos pensées actuelles et votre Soi Source évolué. Lorsque vos pensées s'alignent avec vos désirs, vous ressentez des émotions positives, signalant que vous êtes en harmonie avec ce que vous êtes devenu. En revanche, lorsque vous ressentez des émotions négatives, cela indique une résistance, c'est-à-dire que vos pensées ne correspondent pas à vos désirs élargis.

3.Question

Pourquoi est-il important d'aligner vos pensées plutôt que de vous concentrer sur le fait d'agir ?

Réponse:Aligner vos pensées est essentiel car c'est la base pour obtenir ce que vous désirez. Lorsque vous vous concentrez sur l'alignement vibratoire, vous cultivez un état d'esprit qui attire naturellement des résultats positifs. Agir sans cet alignement peut mener à des luttes et des déceptions.



En alignant d'abord vos pensées avec vos désirs, toute action qui suivra sera inspirée, rendant l'expérience satisfaisante et gratifiante.

4.Question

Pouvez-vous expliquer comment le processus de réaliser un manque conduit à une augmentation du désir ?

Réponse:Réaliser un manque, comme se sentir sous-estimé au travail ou vouloir une meilleure santé, amène une compréhension plus claire de ce que vous désirez vraiment. Ce moment de réalisation amplifie votre désir d'appréciation ou de bien-être, facilitant votre croissance. En somme, vos expériences, même négatives, vous guident vers une meilleure compréhension de vous-même et de ce que vous voulez réellement.

5.Question

Quelle est la conclusion clé concernant la relation entre les désirs et le bien-être émotionnel ?

Réponse:La conclusion clé est que votre bien-être émotionnel est directement lié à votre alignement sur vos désirs



évolutifs. En restant conscient de vos émotions et en les comprenant comme des indicateurs, vous pouvez ajuster vos pensées pour vous aligner sur ce que vous voulez vraiment dans la vie, menant ainsi à une existence plus joyeuse et épanouissante.

6.Question

De quelles manières le manque peut-il être perçu comme une force positive dans la croissance personnelle ?

Réponse:Le manque peut être perçu comme une force positive car il agit comme un catalyseur pour une meilleure connaissance de soi. Lorsque vous reconnaissez ce qui vous manque, vous mettez simultanément en lumière ce que vous désirez, vous propulsant vers la croissance personnelle et l'évolution. Ce processus dynamique vous permet de peaufiner continuellement vos objectifs et aspirations.

7.Question

Que signifie 'suivre qui vous êtes devenu' et pourquoi est-ce important ?

Réponse:'Suivre qui vous êtes devenu' signifie rester en



accord avec vos pensées et désirs évolutifs à mesure que vous grandissez. C'est important car cet alignement mène à la joie et à l'épanouissement ; lorsque vous résistez ou ignorez votre croissance personnelle, vous ressentez de l'inconfort. Accepter votre évolution vous permet de vivre la vie avec clarté, enthousiasme et but.

8.Question

Comment la réalisation de la nécessité de quelque chose peut-elle conduire à une vie joyeuse ?

Réponse:La réalisation d'un besoin peut conduire à une vie joyeuse en servant de tremplin pour un désir positif.

Comprendre ce qui vous manque augmente votre clarté sur ce que vous voulez, vous permettant ainsi d'aligner vos pensées et émotions pour atteindre ces désirs. Cet engagement actif envers votre soi évolutif crée un chemin vers une vie épanouissante et joyeuse.

Chapitre 6 | -- L'alignement vibratoire ressemble à un soulagement| Questions et réponses

1.Question

Qu'est-ce que l'alignement vibratoire et pourquoi est-il



important ?

Réponse: L'alignement vibratoire fait référence à l'harmonisation des vibrations en vous, indépendamment des autres. C'est important car votre état émotionnel en dépend. En vous sentant bien et connecté à votre être intérieur, vous naviguez dans la vie plus efficacement, attirant des expériences positives au lieu de vous sentir accablé par des situations externes.

2.Question

Comment les interactions avec les autres affectent-elles notre alignement vibratoire ?

Réponse: Les interactions avec les autres peuvent influencer notre état émotionnel. Lorsqu'une personne vous apporte un problème et que vous vous engagez émotionnellement, vous pouvez ressentir une diminution de votre vitalité. Cette expérience souligne l'importance de maintenir votre propre alignement vibratoire, plutôt que d'essayer de changer les autres qui ne sont peut-être pas prêts à s'adapter.



3.Question

Que devez-vous faire face à un inconfort ou un conflit ?

Réponse: Au lieu de chercher des solutions à l'extérieur, concentrez-vous sur le soulagement émotionnel à l'intérieur de vous. Reconnaissez que l'inconfort signale un désalignement entre vos pensées actuelles et vos désirs élargis. La clé est de réorienter votre énergie vers un mieux-être, permettant à 'courant' de la vie de vous guider naturellement vers des solutions.

4.Question

Comment la métaphore d'un canoë peut-elle nous aider à comprendre les défis de la vie ?

Réponse: Visualiser un canoë essayant de ramer à contre-courant illustre la résistance au flux naturel de la vie. En choisissant de descendre le courant—représentant une volonté d'accepter et de s'aligner avec le courant de la vie—vous préservez votre énergie et attirez plus facilement ce que vous désirez. Cette métaphore renforce l'idée que l'effort n'est pas toujours récompensé si cela va à l'encontre



de votre alignement intérieur.

5.Question

Quel rôle joue la Loi de l'Attraction dans nos vies ?

Réponse:La Loi de l'Attraction (LOA) stipule que le semblable attire le semblable—nos pensées et vibrations attirent des expériences similaires. En s'alignant avec la vibration de notre soi élargi, nous créons une dynamique qui attire des circonstances positives dans nos vies. Comprendre et utiliser cette loi est donc crucial pour manifester nos désirs.

6.Question

Qu'est-ce que l' 'escrow vibratoire' mentionné dans le chapitre ?

Réponse:L'escrow vibratoire fait référence à la collection de désirs que vous avez formulés, qui est déjà assortie vibratoirement par votre Être Intérieur. Tout ce que vous désirez existe dans cet état d' 'escrow', attendant que vous aligniez votre vibration et vos choix de vie pour couler vers son accomplissement.



7.Question

Comment pouvons-nous nous assurer que nous sommes en phase avec notre soi élargi ?

Réponse:Pour maintenir l'alignement avec votre soi élargi, vérifiez régulièrement vos émotions. Engagez-vous dans des pratiques qui élèvent votre humeur et alignent vos pensées avec les aspects positifs de la vie, tels que la gratitude, la joie et l'acceptation de soi. Cela vous maintient en phase avec l'énergie de ce que vous désirez.

8.Question

Quelle est la relation entre l'inconfort et l'expansion des désirs ?

Réponse:L'inconfort signale souvent que vous identifiez ce que vous ne voulez pas, ce qui lance simultanément de nouvelles impulsions de désir concernant ce que vous voulez. Ce processus de contraste est essentiel pour votre croissance personnelle et l'évolution de votre Être Intérieur, facilitant une compréhension plus profonde de vos désirs.



Ad



Scanner pour télécharger



★★★★★
22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!

Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !

Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !

Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !

adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique

Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey

Chapitre 7 | -- Le fossé vibratoire entre vous et vous|

Questions et réponses

1.Question

Que révèlent nos émotions sur notre alignement avec notre véritable moi ?

Réponse:Nos émotions agissent comme un indicateur vibratoire de la relation entre notre état actuel et notre version élargie. Les émotions positives signifient un alignement, tandis que les émotions négatives indiquent un décalage ou une résistance à qui nous sommes censés être.

2.Question

Comment l'analogie du canoë à contre-courant se rapporte-t-elle à notre état émotionnel ?

Réponse:Ramer à contre-courant symbolise la résistance à notre évolution naturelle. Lorsque nous résistons au flux de la vie et à notre propre croissance, nous éprouvons des émotions négatives. À l'inverse, nous permettre de 'flotter' avec le courant entraîne des sentiments positifs, signalant un alignement avec notre véritable moi.



3.Question

Que se passe-t-il lorsque quelqu'un d'inimportant pour nous exprime le désir d'interrompre le contact ?

Réponse:Lorsqu'un étranger communique qu'il ne nous contactera plus, nous nous sentons généralement indifférents. Cela illustre que nos réactions émotionnelles sont influencées par l'importance de la connexion que nous avons avec la personne concernée.

4.Question

Quelle est la relation vibratoire entre le désir et la croyance ?

Réponse:Les émotions que nous ressentons indiquent la différence vibratoire entre nos désirs et nos croyances ou attentes actuelles. Cette relation nous aide à évaluer si nous sommes alignés avec notre moi le plus authentique ou si nous agissons par résistance.

5.Question

Comment pouvons-nous interpréter les sentiments de fierté par rapport à la honte ?

Réponse:Se sentir fier reflète un alignement avec les pensées



de notre Être Intérieur à notre sujet, tandis que les sentiments de honte signifient une divergence entre la manière dont nous nous voyons et la perspective plus large de qui nous sommes devenus.

6.Question

Pourquoi est-il essentiel de faire évoluer progressivement nos émotions d'états négatifs vers des états plus positifs ?

Réponse:Parce que l'écart vibratoire entre des émotions extrêmes peut être trop vaste pour être comblé d'un seul coup, il est essentiel de se diriger progressivement vers des sentiments de joie et d'enthousiasme, en effectuant des ajustements progressifs plutôt qu'en tentant de sauts drastiques.

7.Question

Comment comprendre la nature vibratoire de notre environnement améliore-t-il notre perception de la réalité ?

Réponse:Reconnaître que tout dans notre environnement a commencé comme une vibration de pensée nous aide à comprendre le processus de création. Cette prise de



conscience nous permet de mieux naviguer dans nos expériences et de nous aligner sur le 'Courant' qui se dirige vers nos désirs.

8.Question

Que signifie 'rien de ce que vous désirez n'est en amont' en relation avec nos désirs ?

Réponse:Cette phrase souligne que nos désirs, une fois conçus, sont déjà en cours de création et se dirigent naturellement vers la manifestation, de la même manière que des objets roulent en descente. Notre rôle est de permettre à ce processus naturel de se dérouler plutôt que de résister.

9.Question

Comment nos émotions nous guident-elles vers notre épanouissement intérieur ?

Réponse:Les émotions servent de guide, indiquant si nous permettons ou résistons au mouvement vers notre moi élargi. Ressentir de la joie indique un alignement, tandis que des sentiments de tristesse ou d'inquiétude signalent un éloignement de cet alignement.



10.Question

Pourquoi est-il important pour nous de nous permettre de devenir ce que la vie nous a poussé à être ?

Réponse:Nous permettre d'incarner la version élargie de qui nous sommes censés être est essentiel pour vivre la joie et l'épanouissement. Sans cet alignement, nous restons déconnectés de notre véritable potentiel et de nos passions.

Chapitre 8 | -- Votre vie coule dans un cycle naturel| Questions et réponses

1.Question

Que signifie 'laisser les rames' dans la vie ?

Réponse:Laisser les rames symbolise le fait de relâcher la lutte et la résistance que nous appliquons souvent dans nos vies. Au lieu de lutter contre le courant de la vie avec une action et des inquiétudes constantes, cela signifie faire confiance au flot naturel qui nous mènera vers nos désirs et notre bien-être.

2.Question

Comment puis-je comprendre que tout ce que je veux est



'en aval' ?

Réponse: Tout ce que vous désirez est en aval parce que cela existe dans un état qui répond automatiquement à vos pensées et vibrations. Au lieu de vous concentrer sur la distance ou les obstacles, changez votre mentalité pour réaliser que votre bien-être et vos objectifs sont atteints sans effort lorsque vous vous alignez avec votre vrai moi.

3.Question

Pourquoi se concentrer sur la vibration est-il plus efficace que l'action ?

Réponse: Se concentrer sur la vibration plutôt que sur l'action vous aligne avec l'énergie de vos désirs, permettant un chemin plus efficace et naturel pour les atteindre. Cela déplace votre attention de l'effort et de la lutte vers un état de laisser faire et de recevoir, ce qui amène vos objectifs à se réaliser sans effort.

4.Question

Quelle est la signification de l'analogie du canoë dans la rivière ?



Réponse: L'analogie du canoë illustre l'idée que la vie coule comme une rivière, et lorsque vous pagayez à contre-courant, représentant la lutte et la résistance, vous rendez plus difficile l'atteinte de vos objectifs. Au lieu de cela, permettre au courant de vous porter signifie faire confiance au processus de la vie et reconnaître que la facilité et la joie font partie du voyage.

5.Question

Quel rôle joue la Loi de l'Attraction dans nos désirs ?

Réponse: La Loi de l'Attraction répond à vos pensées et émotions dominantes, attirant vers vous les manifestations de ce que vous désirez vraiment. Comprendre ce principe vous aide à aligner vos pensées de manière positive, assurant ainsi que ce que vous voulez coule naturellement dans votre vie.

6.Question

Que signifie pratiquer 'l'art de permettre' ?

Réponse: Pratiquer 'l'art de permettre' implique d'accepter votre bien-être inhérent et de faire confiance au fait que la vie vous guidera vers vos désirs sans effort forcé. C'est



embrasser qui vous devenez à travers vos expériences et permettre à cette essence d'affluer dans votre réalité.

7.Question

Pouvez-vous expliquer l'impact de nos croyances sur le fait que nous soyons en amont ou en aval ?

Réponse:Nos croyances façonnent nos perceptions des obstacles et des réussites. S'accrocher à des croyances qui suggèrent qu'il y a une lutte crée une mentalité en amont, tandis que reconnaître que ce que nous désirons est à portée de main conduit à une perspective en aval, nous permettant d'attirer davantage de ce que nous souhaitons vivre.

8.Question

Que signifie vivre l' 'expérience de vie joyeuse' que nous avons prévue ?

Réponse:Vivre l' 'expérience de vie joyeuse' signifie embrasser la nature joyeuse et expansive de notre être, s'engager pleinement avec la richesse de la vie, où chaque expérience contribue à notre croissance et notre épanouissement. Cela implique de s'aligner avec nos désirs et



de nous permettre la liberté de savourer le voyage.

Chapitre 9 | -- La Loi de l'Attraction Ne Nécessite Aucun Entraînement| Questions et réponses

1.Question

Qu'est-ce que la Loi de l'Attraction et comment fonctionne-t-elle dans nos vies ?

Réponse:La Loi de l'Attraction (LOA) est un principe universel qui affirme que le semblable attire le semblable ; elle répond à votre vibration, que vous en soyez conscient ou non. Si vous émettez une certaine fréquence vibratoire, la LOA attirera dans votre vie des expériences et des circonstances qui correspondent à cette vibration de manière constante, un peu comme la gravité qui agit sans nécessiter d'entraînement.

2.Question

En quoi la Loi de la Création Délibérée diffère-t-elle de la Loi de l'Attraction ?

Réponse:La Loi de la Création Délibérée vous permet de concentrer intentionnellement vos pensées et vos émotions

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

sur les résultats que vous désirez. Contrairement à la LOA, qui reflète automatiquement votre vibration actuelle, cette loi vous donne le pouvoir de façonner activement votre réalité, vous aidant à devenir ou à avoir ce que vous choisissez.

3.Question

Qu'implique la Loi de l'Autorisation et pourquoi est-elle significative ?

Réponse:La Loi de l'Autorisation souligne la nécessité d'accepter votre état émotionnel actuel et de lâcher prise sur la résistance. Elle est importante car elle vous permet de puiser dans votre pouvoir personnel en orientant doucement vos pensées vers vos désirs, plutôt que de les forcer.

4.Question

Comment peut-on pratiquer l'art de l'autorisation dans la vie quotidienne ?

Réponse:Pour pratiquer l'art de l'autorisation, concentrez-vous sur l'orientation douce de vos pensées vers ce que vous voulez plutôt que de résister aux émotions actuelles. Cela peut impliquer de remarquer quand vous



ressentez des émotions négatives et de délibérément déplacer vos pensées pour apprécier ce que vous avez ou ce que vous souhaitez, alignant ainsi votre vibration avec la positivité.

5.Question

Quelle est l'analogie amont/aval et comment se rapporte-t-elle au bien-être personnel ?

Réponse:L'analogie amont/aval illustre la différence entre résister à votre position actuelle (amont) et permettre au flux naturel de la vie (aval). En reconnaissant le soulagement de lâcher prise et de se laisser porter par le courant, vous pouvez mieux vous aligner avec le bien-être et réaliser vos désirs plus facilement.

6.Question

Quelle incompréhension courante empêche les individus d'atteindre leur équilibre personnel ?

Réponse:Une incompréhension courante est la croyance qu'il faut se précipiter ou s'empresse pour atteindre les résultats souhaités. Cette urgence contredit souvent le flux naturel de l'Univers et crée de la résistance, rendant plus difficile



l'atteinte des objectifs personnels.

7.Question

Comment la conscience de soi contribue-t-elle au pouvoir personnel dans le cadre de ces Lois Universelles ?

Réponse:La conscience de soi permet aux individus de reconnaître leur sortie vibratoire actuelle et leur état émotionnel. En comprenant comment leurs pensées et sentiments façonnent leurs expériences à travers les Lois Universelles, ils peuvent aligner intentionnellement leurs désirs et pratiquer l'art de l'autorisation.

8.Question

De quelles manières peut-on s'aligner sur l'élan de ses désirs ?

Réponse:En reconnaissant que vos désirs créent un élan vibratoire et que votre Être Intérieur s'aligne avec ces désirs, vous pouvez consciemment apaiser vos pensées, vous détendre dans le flux du bien-être, et permettre à la Loi de l'Attraction de travailler en faveur de votre croissance personnelle.



9.Question

Quel rôle jouent les émotions dans la compréhension et l'application de ces lois ?

Réponse:Les émotions servent d'indicateurs de votre état vibratoire, réfléchissant si vous êtes aligné avec vos désirs ou si vous y résistez. Comprendre vos émotions vous aide à ajuster vos pensées et actions pour mieux vous aligner avec le flux de l'Univers et réaliser vos intentions.

10.Question

Comment peut-on passer d'un état d'esprit amont à un état d'esprit aval ?

Réponse:Pour passer d'un état d'esprit amont à un état d'esprit aval, il faut pratiquer le lâcher prise et la résistance.

Participer à des activités qui favorisent la relaxation, la gratitude et la pleine conscience peut aider à cultiver un état de facilité, permettant à votre attention de dériver naturellement vers la positivité et l'accomplissement.





Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points



Échangez un livre



Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 10 | des émotions| Questions et réponses

1.Question

Quelle est l'idée principale du chapitre 10 de 'Le fabuleux pouvoir des émotions' ?

Réponse:L'idée principale du chapitre 10 est d'illustrer comment les émotions jouent un rôle clé dans la façon dont nous vivons et percevons notre réalité. Il souligne que comprendre et maîtriser nos émotions peut entraîner des changements puissants dans nos vies.

2.Question

Comment peut-on utiliser le pouvoir des émotions pour créer une vie meilleure ?

Réponse:On peut utiliser le pouvoir des émotions en devenant conscient de son état émotionnel et en l'alignant avec ses désirs. Par exemple, si vous désirez réussir, concentrez-vous sur des sentiments de confiance et de joie plutôt que sur la peur ou le doute. Cet alignement émotionnel positif peut conduire à des résultats positifs.



3.Question

Quel rôle jouent les émotions dans l'attraction des expériences dans nos vies ?

Réponse:Les émotions servent d'énergie vibratoire qui attire des énergies similaires. Si vous vous sentez constamment reconnaissant et joyeux, vous attirerez des expériences qui résonnent avec ces sentiments. Inversement, les émotions négatives mènent souvent à des expériences indésirables.

4.Question

Pouvez-vous donner un exemple de la façon dont changer une émotion peut changer une situation ?

Réponse:Absolument ! Imaginez quelqu'un face à un entretien d'embauche avec des sentiments d'anxiété et de doute. S'ils changent consciemment leur état d'esprit pour adopter une attitude d'excitation et d'opportunité, ce changement d'émotion peut améliorer leur performance, conduisant potentiellement à un résultat réussi.

5.Question

Quelle est une étape pratique que l'on peut franchir pour améliorer la conscience émotionnelle ?



Réponse:Une étape pratique pour améliorer la conscience émotionnelle est de tenir un journal quotidien sur vos sentiments. En écrivant vos émotions et les situations qui les déclenchent, vous pouvez obtenir des informations sur vos schémas et faire des choix éclairés pour favoriser des sentiments positifs.

6.Question

Comment le concept d'orientation émotionnelle est-il lié à la croissance personnelle ?

Réponse:Le concept d'orientation émotionnelle suggère que nos émotions indiquent si nous sommes alignés avec nos véritables désirs. Reconnaître et suivre cette orientation peut conduire à la croissance personnelle en nous apprenant à naviguer dans nos expériences basées sur nos sentiments.

7.Question

Quelles sont quelques façons de maintenir des émotions positives pendant les périodes difficiles ?

Réponse:Pour maintenir des émotions positives pendant les périodes difficiles, on peut pratiquer la gratitude en



réfléchissant aux choses pour lesquelles on est reconnaissant, s'engager dans la pleine conscience ou la méditation pour rester présent, et rechercher des relations de soutien qui encouragent la positivité.

8.Question

Comment ce chapitre se connecte-t-il aux thèmes plus larges du livre ?

Réponse:Ce chapitre se connecte aux thèmes plus larges du livre en renforçant l'idée que nos émotions sont des outils puissants pour créer notre réalité. Il souligne qu'en comprenant et en maîtrisant nos réactions émotionnelles, nous pouvons atteindre un plus grand épanouissement et de la joie dans nos vies.

Chapitre 11 | Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise| Questions et réponses

1.Question

Que signifie lâcher prise dans le contexte de ce chapitre ?

Réponse:Lâcher prise signifie renoncer au contrôle et permettre à la vie de s'écouler naturellement selon vos désirs et votre guidance intérieure. Au lieu de



lutter contre les défis ou d'essayer d'imposer des résultats, vous embrassez un état d'alignement avec vos véritables désirs. Cela permet une plus grande aisance et la manifestation de ce que vous voulez réellement.

2.Question

Comment comprendre les désirs des autres peut-il m'aider ?

Réponse: Lire des exemples différents de désirs, même ceux qui ne sont pas liés à votre propre vie, élargit votre compréhension de l'alignement vibratoire. Cela montre que chacun est sur son propre chemin de croissance et d'amélioration, et reconnaître cela peut vous aider à vous sentir plus connecté et moins isolé dans vos luttes.

3.Question

Que faire si j'ai du mal à me rapporter à certains exemples fournis ?

Réponse: Il est tout à fait normal de se sentir déconnecté de certains exemples, surtout en faisant face à des problèmes



personnels pressants. Cependant, la valeur réside dans les principes généraux de désir et d'alignement illustrés dans ces exemples. Ils visent à améliorer votre compréhension de vos propres émotions et désirs, même s'ils ne sont pas immédiatement pertinents.

4.Question

Pourquoi est-il important de ne pas juger les désirs des autres ?

Réponse:Les désirs de chaque personne sont valables et découlent de ses expériences et de sa croissance personnelle. Juger l'importance des désirs des autres peut entraîner une résistance dans votre propre vie. Au lieu de cela, reconnaître toutes les formes de désir permet une compréhension plus expansive de l'expérience humaine et peut faciliter votre propre alignement émotionnel.

5.Question

Quel est l'objectif ultime de la lecture de ces exemples ?

Réponse:L'objectif ultime est de cultiver une compréhension plus profonde de la Science de la Création Délibérée. Ce



faisant, vous pouvez naviguer plus efficacement dans vos propres désirs et états émotionnels, permettant ainsi un meilleur alignement avec ce que vous souhaitez vraiment manifester dans votre vie.

6.Question

Comment puis-je appliquer le concept d'alignement vibratoire dans ma vie quotidienne ?

Réponse: Vous pouvez appliquer l'alignement vibratoire en vous concentrant consciemment sur des pensées et des sentiments qui résonnent avec vos désirs. Cela inclut la pratique de la gratitude, la visualisation de vos résultats souhaités et l'engagement dans des activités joyeuses qui élèvent votre état émotionnel. Essentiellement, alignez vos sentiments avec vos désirs pour permettre une manifestation naturelle.

7.Question

De quelles manières puis-je reconnaître l'impact de la conscience collective sur mes désirs ?

Réponse: Reconnaître la conscience collective implique de



comprendre que vos désirs sont influencés par des pensées, des émotions et des croyances collectives. En ayant conscience de ces influences, vous pouvez choisir consciemment des désirs qui résonnent davantage avec votre moi authentique, plutôt que ceux qui peuvent être imposés par des normes sociales ou des pressions.

Chapitre 12 | Exemple 1 -- J'ai reçu un diagnostic effrayant| Questions et réponses

1.Question

Comment devrais-je réagir à un diagnostic inquiétant ?

Réponse: Comprenez que ressentir de la peur est naturel, mais reconnaissez que cela indique que vous êtes concentré en amont. Votre véritable travail consiste à déterminer si vous êtes orienté vers l'amélioration (en aval) ou en direction de la résistance (en amont). Recentrez vos pensées sur la recherche de soulagement et l'accueil du bien-être plutôt que sur la résistance.

2.Question

Quelle est l'importance de nos émotions dans le contexte



d'un diagnostic de santé ?

Réponse: Vos émotions servent de baromètre pour votre alignement avec votre Être Intérieur. Elles révèlent la vitesse à laquelle votre 'courant' s'écoule — à quel point votre désir de bien-être est fort — et dans quelle direction vous vous dirigez. Les émotions positives pointent vers l'aval, vers la guérison et l'amélioration, tandis que les émotions négatives indiquent une résistance en amont.

3.Question

Quels types de déclarations devrais-je éviter face à la maladie ?

Réponse: Évitez les déclarations qui impliquent la peur ou la résistance, comme "C'est un diagnostic très effrayant" ou "J'aurais dû mieux prendre soin de moi." Ces types de déclarations vous maintiennent dans un alignement vibratoire avec des résultats indésirables, ce qui ne fait que perpétuer votre souffrance.

4.Question

Comment puis-je changer mon état d'esprit vers la



guérison ?

Réponse: Au lieu de vous concentrer sur la maladie, essayez de reformuler vos pensées de manière affirmative : utilisez des affirmations comme "L'amélioration est naturelle" ou "Je vais demander plus de bien-être." Ces déclarations vous aident à vous connecter au flux de bien-être et réduisent la résistance.

5.Question

Quelles actions puis-je entreprendre pour manifester une amélioration physique ?

Réponse: Commencez par prêter attention à vos sentiments actuels ; concentrez-vous sur une légère amélioration sans nécessiter un changement radical. Chaque fois que vous choisissez des pensées qui vous font vous sentir mieux, vous vous alignez avec le courant de bien-être, préparant ainsi le terrain pour une amélioration physique éventuelle.

6.Question

Pourquoi est-il important de ne pas demander 'Combien de temps cela prendra-t-il pour aller mieux ?' ?



Réponse:Demander 'Combien de temps ?' vous place dans un état d'esprit où vous souhaitez échapper à votre condition actuelle, ce qui est une pensée en amont. Au lieu de cela, concentrez-vous sur l'amélioration de votre état émotionnel présent en utilisant des affirmations qui renforcent le flux naturel vers le bien-être.

7.Question

Qu'est-ce qui indique que je suis en accord avec mon bien-être et que je ne lui résiste pas ?

Réponse:Lorsque vous trouvez des pensées qui vous apportent un sentiment de soulagement, vous êtes en train de flotter vers l'aval. Les sentiments de facilité, d'espoir et de sentiment de pouvoir signalent que vous êtes en accord avec vos désirs, tandis que les sentiments de peur, de terreur ou de culpabilité indiquent une résistance.

8.Question

Comment puis-je m'assurer que mon parcours de guérison est efficace ?

Réponse:Concentrez-vous sur les émotions que vous



ressentez alors que vous naviguez dans votre parcours de santé. Cherchez continuellement des pensées qui vous font du bien, en comprenant qu'en déplaçant votre état émotionnel vers le soulagement, vous créez la fondation vibratoire pour la guérison physique.

9.Question

Que puis-je faire pour arrêter la résistance dans mes pensées ?

Réponse:Restez conscient de votre état émotionnel et remplacez les pensées négatives ou effrayantes par des affirmations plus positives. Reconnaissez les moments où vous ressentez de la peur et redirigez consciemment ces pensées vers quelque chose qui vous apporte du réconfort ou de l'espoir.

10.Question

Comment puis-je différencier les pensées en amont des pensées en aval ?

Réponse:Les pensées en amont tendent à invoquer des sentiments de peur, de culpabilité ou de limitation, tandis que

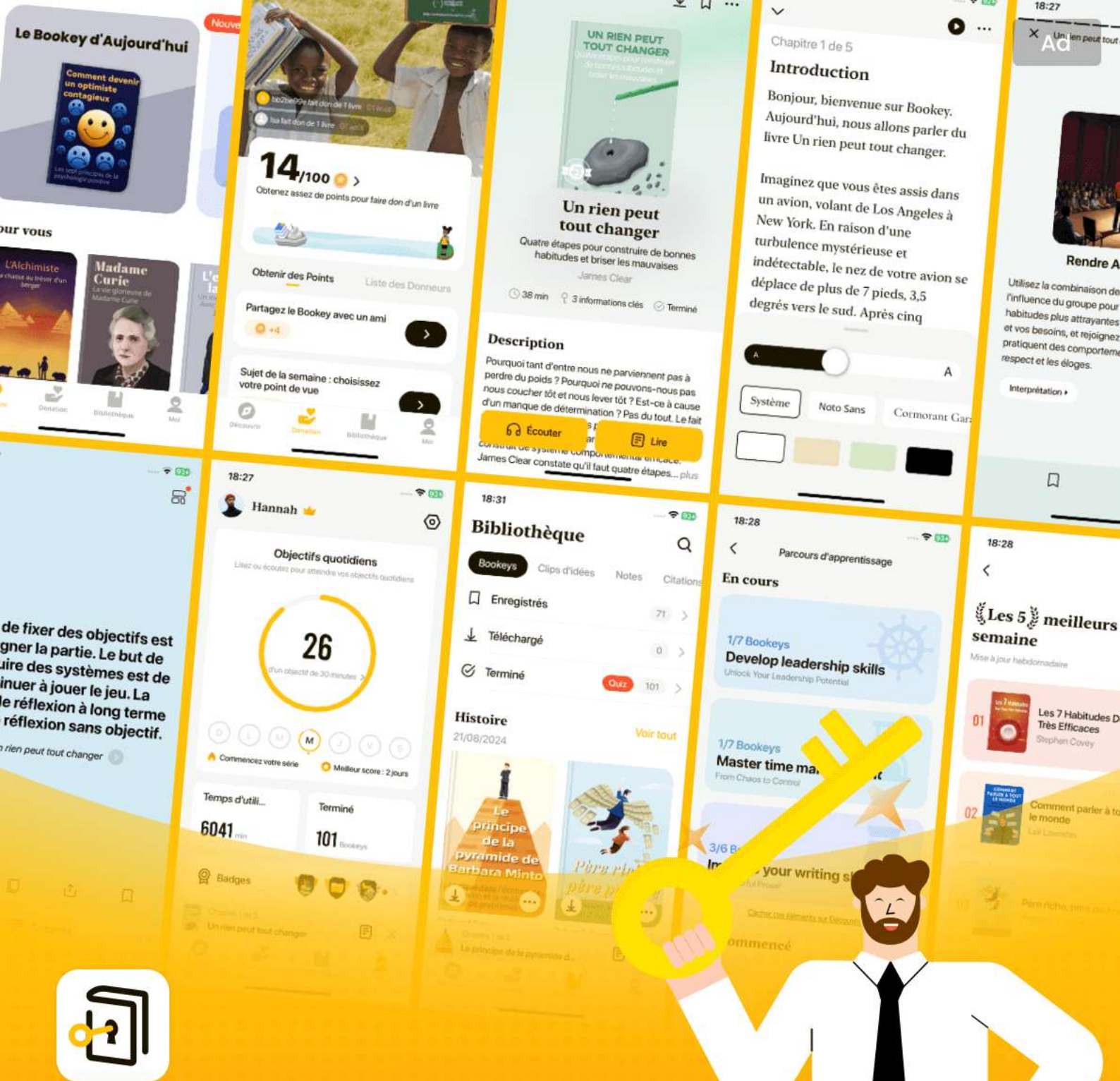


les pensées en aval créent des sentiments de facilité, de confiance et de soulagement. En analysant comment une pensée vous fait sentir, vous pouvez déterminer sa direction par rapport à votre bien-être.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 13 | Exemple 2 -- Je ne peux pas perdre du poids| Questions et réponses

1.Question

De quoi traite principalement la Création Délibérée ?

Réponse:La Création Délibérée traite

principalement de permettre aux choses que vous désirez de se réaliser grâce à l'alignement énergétique, et non par des actions forcées.

2.Question

Comment quelqu'un peut-il changer son approche pour perdre du poids efficacement ?

Réponse:Pour perdre du poids efficacement, il convient de se concentrer sur l'alignement de ses pensées et émotions de manière positive envers son corps et l'état désiré, plutôt que de se fier uniquement aux régimes et à l'exercice.

3.Question

Pourquoi l'action seule échoue-t-elle parfois dans les efforts de perte de poids ?

Réponse:L'action seule peut échouer dans les efforts de perte de poids parce qu'elle opère souvent sous des énergies



conflictuelles de pensées et émotions désalignées ; il est essentiel d'aligner d'abord vos vibrations pour que les actions réussies suivent.

4.Question

Quelle devrait être la priorité pour quelqu'un se sentant découragé par son corps ?

Réponse:Une personne se sentant découragée par son corps devrait rediriger son attention vers la vision de son corps désiré et les émotions positives qui y sont associées, plutôt que sur l'état indésirable actuel.

5.Question

Quel rôle jouent les émotions dans la prise ou la perte de poids ?

Réponse:Les émotions jouent un rôle crucial dans la gestion du poids ; des émotions de bonheur et de satisfaction peuvent coïncider avec le maintien d'un poids sain, tandis que des émotions de découragement peuvent mener à de mauvaises habitudes alimentaires et à une prise de poids.

6.Question

Quel changement d'état d'esprit peut-on faire dès



maintenant concernant son poids corporel ?

Réponse:Un changement d'état d'esprit puissant consiste à reconnaître que, bien que l'on ne puisse pas changer son poids actuel, on peut choisir de modifier son alignement vibratoire pour se sentir mieux, ce qui est essentiel pour obtenir des résultats positifs.

7.Question

Quelle est l'importance de se concentrer sur des pensées 'en aval' ?

Réponse:Se concentrer sur des pensées 'en aval', qui sont des pensées mieuxveillantes, aide à créer un changement positif de vibration qui s'aligne avec les désirs, facilitant ainsi la manifestation des changements souhaités.

8.Question

Comment devrait-on considérer des situations comme avoir une envie malsaine ?

Réponse:Au lieu de voir une envie malsaine comme un échec, il faudrait l'aborder avec un état d'esprit de plaisir et d'équilibre, en reconnaissant la liberté de choisir tout en



maintenant un alignement émotionnel positif.

9.Question

Quel est l'objectif ultime dans la transformation de l'approche vis-à-vis de la nourriture et de l'image corporelle ?

Réponse:L'objectif ultime est de cultiver un état émotionnel positif et un alignement avec ses désirs, menant à de meilleurs choix de manière naturelle et à une relation plus saine avec la nourriture et le corps.

10.Question

Pourquoi est-il important de ne pas se concentrer sur des résultats physiques immédiats ?

Réponse:Il est important de ne pas se concentrer sur des résultats physiques immédiats, mais plutôt sur l'amélioration de l'humeur et de l'alignement émotionnel, car c'est ce qui guide réellement vers les résultats désirés.

Chapitre 14 | Exemple 3 - Mes enfants se battent constamment et cela me rend fou| Questions et réponses

1.Question

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Sur quoi devrais-je me concentrer lorsque mes enfants se disputent constamment ?

Réponse: Au lieu d'essayer de contrôler leur comportement ou de les forcer à s'entendre, concentrez-vous sur l'alignement de vos propres émotions avec les souhaits que vous avez pour une relation harmonieuse. Reconnaissez que leurs conflits font partie de leur croissance et apprenez d'abord à gérer vos propres sentiments.

2.Question

Comment puis-je influencer positivement le comportement de mes enfants ?

Réponse: Votre influence provient de votre alignement émotionnel et de l'énergie que vous projetez. Lorsque vous vous sentez bien et êtes connecté à vos désirs concernant leur comportement, vous déclencherez naturellement moins de résistance et plus de réponses positives de leur part.

3.Question

Pourquoi est-il important de gérer mes sentiments à propos des disputes de mes enfants ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Réponse: Vos sentiments sont le reflet de votre alignement vibratoire. Lorsque vous ressentez du mal-être face à leurs disputes, cela indique que vous êtes en désaccord avec vos désirs. En gérant vos sentiments, vous pouvez modifier votre vibration pour atteindre un état plus positif et influent.

4.Question

Que signifie s'aligner avec mes désirs concernant mes enfants ?

Réponse: S'aligner avec vos désirs signifie concentrer vos pensées et émotions sur les résultats positifs que vous souhaitez créer, plutôt que sur les comportements négatifs que vous observez. Cet alignement vous aide à vous sentir bien et peut mener à des circonstances améliorées.

5.Question

Comment l'humour peut-il m'aider à gérer le comportement de mes enfants ?

Réponse: Trouver de l'humour dans la situation peut alléger votre fardeau émotionnel et vous aider à changer de perspective. Cela vous rappelle de ne pas prendre leur



comportement trop au sérieux et peut faciliter la gestion de vos sentiments tout en favorisant une atmosphère constructive.

6.Question

Quelle est la signification de 'l'entrepôt vibratoire' dans la parentalité ?

Réponse:L'entrepôt vibratoire fait référence aux désirs et préférences que vous avez accumulés au fil du temps en fonction de vos expériences. Reconnaître que votre inconfort provient d'un désalignement avec ces désirs vous permet de vous concentrer sur ce que vous voulez plutôt que sur ce que vous ne voulez pas.

7.Question

Que devrais-je faire si mes pensées positives n'aident pas au départ ?

Réponse:Il est normal que vos pensées sur la situation fluctuent. Si une pensée vous fait sentir pire plutôt que mieux, il suffit de l'accuser et de changer votre concentration pour trouver un soulagement dans vos pensées. Cet exercice



fluide peut progressivement vous orienter vers des sentiments positifs.

8.Question

Comment puis-je accepter le processus naturel de la croissance de mes enfants ?

Réponse:Reconnaissez que les conflits entre frères et sœurs sont une partie naturelle de leur éducation, essentielle à leur développement émotionnel. Leur permettre d'explorer leurs conflits tout en se concentrant sur votre propre bien-être émotionnel peut promouvoir des dynamiques plus saines.

9.Question

Quel est l'objectif ultime de ma parentalité en termes d'alignement émotionnel ?

Réponse:L'objectif ultime est d'apprendre à vos enfants la valeur de l'alignement personnel et le pouvoir que chaque individu a de contrôler ses propres sentiments, les conduisant à naviguer dans la vie avec conscience et intentionnalité.

10.Question

Comment puis-je trouver du soulagement au milieu des disputes de mes enfants ?



Réponse: Cherchez des pensées qui vous font sentir un peu mieux. Même de petits changements vers le soulagement peuvent s'accumuler, vous aidant progressivement à vous éloigner des sentiments négatifs pour atteindre un endroit de plus grande paix et d'alignement.

Chapitre 15 | Exemple 4 -- Je suis totalement désorganisé| Questions et réponses

1.Question

Sur quoi devrais-je me concentrer avant d'organiser le désordre physique dans ma vie ?

Réponse: Vous devriez d'abord vous concentrer sur l'amélioration de votre état émotionnel. Se sentir submergé par le désordre peut vous paralyser, donc changez votre état d'esprit pour trouver du soulagement et de la positivité.

2.Question

Comment le changement de mes pensées sur mon désordre peut-il m'aider ?

Réponse: En reformulant vos pensées pour qu'elles parlent moins de la négativité du désordre et plus de la valeur de vos



centres d'intérêt, vous allez changer votre énergie, ce qui peut inspirer des actions positives vers l'organisation.

3.Question

Est-il nécessaire de se débarrasser de tout ce qui semble écrasant ?

Réponse:Non, vous n'avez pas besoin de tout jeter.

Reconnaître que rassembler des matériaux pour vos centres d'intérêt est une expression valide de vos passions, et vous pouvez trouver des moyens de les stocker et de les cataloguer à la place.

4.Question

Comment l'autocritique affecte-t-elle ma capacité à trier mon désordre ?

Réponse:L'autocritique vous éloigne de votre être intérieur et vous fait vous sentir mal, ce qui peut inhiber votre capacité à agir de manière productive. Se concentrer sur la positivité et des pensées bienveillantes sur vous-même peut vous aider à vous aligner avec de meilleurs sentiments et actions.

5.Question

Quelle est l'importance de trouver des aspects positifs sur



moi-même ?

Réponse: Se concentrer sur vos aspects positifs vous aligne avec votre être intérieur, ce qui améliore non seulement votre propre bien-être, mais aussi votre capacité à contribuer positivement aux autres.

6.Question

Que pourrait-il se passer si je reconnaissais mon désordre avec amour au lieu de critique ?

Réponse: Si vous abordez votre désordre avec amour et compréhension, vous pouvez atténuer le sentiment d'être submergé et vous donner le pouvoir de l'organiser d'une manière agréable plutôt que pesante.

7.Question

Comment puis-je arrêter de me sentir paralysé par mon désordre ?

Réponse: En reconnaissant que vous avez le pouvoir de choisir des pensées qui se sentent mieux, vous pouvez initier un changement dans votre énergie, conduisant à des idées concrètes et finalement soulager la paralysie.





Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine



Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 16 | Exemple 5 -- Mon ancien partenaire ment sur moi | Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je faire face aux commentaires négatifs de mon ex-partenaire à mon sujet ?

Réponse: Au lieu de confronter directement votre ex-partenaire ou de vous défendre contre ses mensonges, concentrez-vous sur le changement de vos pensées pour obtenir un soulagement émotionnel. Reconnaissez que bien que la relation soit terminée, votre lien existe toujours en raison de la coparentalité. Entraînez-vous à trouver des pensées plus positives qui vous aident à vous sentir plus apaisé, comme reconnaître les avantages de votre nouvelle situation, tel que le fait que votre fille puisse passer du temps avec ses deux parents sans vivre sous le même toit.

2.Question

Que devrais-je faire quand je me sens accablé par le comportement de mon ex-mari ?



Réponse: Permettez-vous de ressentir l'inconfort sans lutter contre. Commencez par reconnaître vos sentiments d'irritation et de frustration, mais laissez ensuite doucement de côté le besoin de vous défendre. Concentrez-vous sur des pensées qui vous apaisent, comme : 'Je suis content(e) que nous ne soyons plus ensemble' et 'Je souhaite le meilleur pour ma fille.' Cette étape contribue à construire l'élan pour mieux se sentir.

3.Question

Pourquoi est-il important de changer ma perception de mon ex-partenaire ?

Réponse: Changer vos pensées est crucial car votre état émotionnel est lié à votre alignement vibratoire. Si vous continuez à vous accrocher à des sentiments négatifs envers votre ex, cela affectera vos futures relations et votre bien-être. En choisissant consciemment des pensées plus positives, vous vous permettez de guérir et d'évoluer vers une version élargie de vous-même, profitant finalement non seulement à vous, mais aussi à votre fille.



4.Question

Comment puis-je maintenir une bonne relation avec ma fille malgré la négativité ?

Réponse:Concentrez-vous sur la création d'un environnement positif pour votre fille. Rappelez-vous de votre amour pour elle et que vous voulez qu'elle ait une bonne relation avec ses deux parents. Travaillez à projeter une image de coopération et de respect mutuel, ce qui aidera à atténuer les commentaires négatifs qu'elle pourrait entendre de votre ex. Cela favorisera son bien-être émotionnel et renforcera une dynamique familiale de soutien.

5.Question

Est-il possible de trouver la paix avec mon ex-mari à long terme ?

Réponse:Oui, c'est possible. Même si la relation a été tumultueuse, elle peut mener à une croissance. En pratiquant constamment des pensées plus apaisantes et en vous concentrant sur votre propre guérison émotionnelle, vous pourriez éventuellement atteindre un état d'acceptation ou



même de légèreté envers votre ex. Comprendre que vous avez tous les deux évolué à travers vos expériences partagées aide à trouver une coexistence harmonieuse.

Chapitre 17 | Exemple 6 -- Mon Mari Me Dit Comment Conduire| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je améliorer mon expérience de conduite avec mon mari qui me donne constamment des conseils de conduite ?

Réponse:La qualité de votre expérience de conduite dépend de votre alignement avec votre perspective plus large. Concentrez-vous sur vos propres émotions plutôt que d'essayer de changer le comportement de votre mari. Reconnaissez qu'il y a des moments où ses suggestions sont utiles et changez votre pensée pour apprécier l'aspect collaboratif de conduire ensemble. En formulant consciemment des affirmations positives sur la situation, comme 'Je suis une bonne conductrice' et 'J'apprécie son aide', vous pouvez créer un



environnement de conduite plus agréable.

2.Question

Quelle est l'importance de l'alignement personnel dans les relations ?

Réponse:L'alignement personnel est crucial car il vous permet de vous sentir mieux, peu importe les actions des autres. Lorsque vous vous concentrez sur votre propre alignement avec des pensées positives, vous prenez le contrôle de vos émotions. Cela peut, à son tour, améliorer les interactions et créer une relation plus harmonieuse, car votre vibration positive influence la dynamique de manière bénéfique.

3.Question

Comment devrais-je réagir lorsque mon partenaire propose des suggestions que je trouve ennuyeuses ?

Réponse:Au lieu de réagir par ennui, choisissez consciemment de changer votre perspective. Rappelez-vous que ses intentions sont probablement bienveillantes. Essayez de penser, 'Peut-être que ses suggestions pourraient être



bénéfiques' et appréciez le fait que la collaboration peut enrichir votre expérience. Faire un léger changement dans vos pensées peut réduire la tension.

4.Question

Que signifie avoir des pensées en aval par rapport à des pensées en amont ?

Réponse:Les pensées en aval sont habilitantes et alignées avec votre perspective plus large ; elles se concentrent sur votre capacité à influencer positivement vos propres sentiments et résultats. Les pensées en amont, en revanche, se concentrent sur ce que les autres devraient changer et proviennent d'un endroit de désavantage. Passer de l'amont à l'aval peut conduire à une expérience de vie plus positive.

5.Question

Que devrais-je faire si je sens que le comportement de mon mari rend mon expérience de conduite inconfortable ?

Réponse:Si vous vous sentez mal à l'aise, la première étape est de vous concentrer sur vos propres émotions et votre sens de l'alignement. Reconnaissez votre inconfort sans le blâmer.



Changez vos pensées en quelque chose de plus habilitant, comme 'J'apprécie d'avoir un partenaire comme lui' ou 'Nous formons une bonne équipe'. Ce changement de perspective éclaircira probablement la situation et améliorera votre expérience globale.

6.Question

Qu'est-ce que la co-crédation entre partenaires et comment cela affecte-t-il nos interactions ?

Réponse:La co-crédation entre partenaires est l'idée que les deux individus contribuent à la dynamique de leur relation à travers leurs pensées, leurs émotions et leurs actions. Si un partenaire se sent irrité et exprime cette frustration, cela peut créer un cycle où les deux se sentent désalignés. Comprendre cette dynamique vous permet de prendre la responsabilité de vos émotions, ce qui mène à une relation plus épanouissante à mesure que vous alignez vos énergies de manière collaborative.

7.Question

Comment puis-je communiquer mon besoin sans rejeter la perspective de mon partenaire ?



Réponse:Communiquez ouvertement sur vos préférences tout en reconnaissant la valeur des contributions de votre partenaire. Vous pourriez dire, 'J'apprécie vos suggestions, mais parfois j'ai besoin d'espace pour prendre mes propres décisions. Travaillons ensemble pour trouver un équilibre qui nous convienne à tous les deux dans la voiture.' De cette manière, vous exprimez vos besoins et invitez à la collaboration.

8.Question

Que puis-je faire si je trouve souvent cela frustrant dans des situations comme conduire avec mon partenaire ?

Réponse:Commencez par pratiquer la pleine conscience et la conscience de vos émotions. Reconnaissez quand la frustration surgit et changez consciemment vos pensées pour trouver des perspectives positives sur la situation.

Engagez-vous dans des affirmations comme 'Je suis une conductrice confiante' ou 'Nous pouvons naviguer ensemble.'

En vous concentrant sur des émotions positives, vous remarquerez des améliorations dans vos réactions et



interactions.

Chapitre 18 | Exemple 7 -- Je ne suis pas heureux au travail| Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire si je sens que mes collègues minimisent mes efforts au travail et que je souhaite me faire remarquer ?

Réponse: Tout d'abord, reconnaissez que votre environnement est un reflet de votre état émotionnel actuel. Concentrez-vous sur la façon dont vous pouvez améliorer votre situation de l'intérieur plutôt que d'essayer de changer les autres. Embrassez les aspects de votre travail que vous aimez et essayez de trouver du réconfort dans vos pensées en pratiquant la gratitude pour ce que vous faites et en comprenant que leurs actions ne vous concernent pas. Choisissez de vous concentrer sur vos contributions et les aspects positifs de votre emploi.

2.Question

Comment puis-je détourner mon attention de la



négativité que je vois dans mon environnement de travail ?

Réponse: Utilisez le processus en amont/aval en reconnaissant vos sentiments, mais en choisissant ensuite consciemment des pensées plus positives. Par exemple, plutôt que de ruminer sur la mauvaise performance des autres, rappelez-vous pourquoi vous appréciez votre travail et ce que vous aimez faire. Choisissez des affirmations telles que 'Je peux trouver de la valeur dans mon travail' ou 'Je peux m'engager dans des tâches qui m'intéressent', ce qui peut vous aider à vous diriger vers un état d'esprit plus positif.

3.Question

Pourquoi est-ce que je continue à trouver des environnements de travail négatifs similaires ?

Réponse: Vos expériences sont liées à votre vibration : les pensées et les sentiments sur lesquels vous vous concentrez attirent des situations similaires. Lorsque vous observez des aspects indésirables dans votre environnement actuel, vous



activez ces sentiments, ce qui amène la loi de l'attraction à apporter des expériences similaires dans votre vie. Pour changer ce schéma, concentrez-vous sur ce que vous voulez vraiment plutôt que sur ce que vous ne voulez pas.

4.Question

Quel est le bénéfice de ressentir des émotions négatives au travail ?

Réponse:Les émotions négatives signalent ce que vous ne voulez pas, ce qui aide à clarifier ce que vous désirez réellement. Chaque fois que vous ressentez un malaise, cela constitue une occasion de pivoter vers des pensées qui s'alignent sur vos véritables désirs, contribuant ainsi à votre réserve vibratoire d'un environnement de travail amélioré.

5.Question

Comment puis-je maintenir mon bonheur si mes collègues sont moins productifs ?

Réponse:Il est essentiel de réaliser que leurs niveaux de productivité ne sont pas de votre responsabilité.

Concentrez-vous sur l'alignement avec la satisfaction en vous



engageant dans des tâches que vous trouvez gratifiantes et intéressantes. Votre bonheur peut être maintenu en vous protégeant de l'énergie négative des autres et en vous concentrant sur vos propres contributions.

6.Question

Que signifie avoir une réserve vibratoire ?

Réponse:Une réserve vibratoire fait référence aux résultats positifs et aux améliorations que vous désirez et qui attendent votre alignement. Lorsque vous ressentez des émotions négatives en raison de votre situation actuelle, rappelez-vous que vous créez également une demande vibratoire pour quelque chose de mieux. Rester en contact avec ce que vous voulez vraiment et vous sentir bien est crucial pour accéder à votre réserve vibratoire.

7.Question

Comment puis-je mieux gérer mes sentiments conflictuels concernant le maintien ou le départ d'un emploi ?

Réponse:Reconnaissez que vous n'êtes pas encore à un point critique et que vous avez le pouvoir de décider sans urgence.



Explorez vos sentiments concernant le travail et ses aspects sans jugement et trouvez du plaisir dans votre travail. En naviguant calmement à travers vos émotions, vous créez un espace pour manifester un résultat favorable et une clarté.

8.Question

Quel rôle mes pensées jouent-elles dans ma satisfaction au travail ?

Réponse: Vos pensées sont puissantes pour déterminer votre expérience émotionnelle. En choisissant consciemment des pensées qui s'alignent avec vos sentiments souhaités, vous pouvez créer une meilleure expérience professionnelle. Si vous choisissez de vous concentrer sur les aspects positifs de votre rôle et les opportunités qu'il offre, vous êtes susceptible de ressentir plus de satisfaction et d'alignement dans votre vie professionnelle.

9.Question

Comment aborder l'inconfort que je ressens face à l'éthique de travail de mes collègues ?

Réponse: Au lieu de confronter directement le problème,



travaillez à changer vos pensées vers un point de vue plus neutre ou positif sur la situation. Vous pourriez dire 'Ce que font les autres ne me regarde pas', ou 'Je peux contrôler ma réaction et trouver de la joie dans mes efforts', soulageant ainsi la pression que vous ressentez et vous permettant de vous concentrer sur vos propres contributions plutôt que sur leurs actions.

10.Question

Est-il possible de changer mon environnement de travail par mes vibrations ?

Réponse:Absolument. Vos vibrations attirent des expériences similaires, donc en déplaçant votre concentration et vos sentiments vers ce que vous souhaitez, vous pouvez commencer à changer votre environnement actuel. Cela peut signifier choisir consciemment des pensées positives chaque jour pour créer un effet d'entraînement qui mène à des situations améliorées dans votre vie professionnelle.





Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorberez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 19 | Exemple 8 -- Mon Mari et Mon Fils Adolescent Ne S'entendent Pas| Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire lorsque je suis prise entre mon mari et mon fils adolescent qui ne s'entendent pas ?

Réponse:Concentrez-vous sur votre propre âme intérieure plutôt que d'essayer de plaire aux deux parties. Reconnaissez qu'ils veulent tous deux des choses différentes et qu'il est impossible de satisfaire tout le monde. Changez votre attention vers le fait de trouver un alignement personnel, lâchez prise sur la responsabilité de leur relation et maintenez une attitude positive. Cela vous aidera à vous sentir mieux, ce qui peut à son tour influencer positivement la dynamique entre eux.

2.Question

Comment puis-je communiquer efficacement avec mon mari au sujet de l'indépendance de mon fils ?

Réponse:Reconnaissez que le désir d'indépendance de votre



fil est naturel. Vous pourriez exprimer cela en disant : 'Les enfants veulent leur indépendance, et il est courant qu'ils défient les figures d'autorité, surtout un nouveau beau-parent. Cela ne signifie pas qu'il est irrespectueux ; il est juste en train de naviguer dans son propre développement.'

Encouragez la compréhension en mettant en avant le rôle de votre mari en tant que figure de soutien qui s'ajuste également à la nouvelle dynamique familiale.

3.Question

Pourquoi est-il important de se concentrer sur mon propre alignement ?

Réponse:Se concentrer sur votre propre alignement vous permet de devenir une résonance vibratoire avec votre Être Intérieur, ce qui vous permet d'offrir la meilleure version de vous-même aux autres. Lorsque vous êtes alignée, vous pouvez influencer positivement votre environnement plutôt que d'être entraînée dans des conflits. Cet alignement personnel aide également à établir le ton pour une dynamique familiale plus saine.



4.Question

Comment puis-je gérer mes émotions dans une situation de famille recomposée ?

Réponse:Commencez par reconnaître vos sentiments et passez progressivement à des pensées qui vous font du bien.

Par exemple, au lieu de cadrer la situation de manière négative, reconnaissez que 'ce sont deux bonnes personnes qui essaient de trouver leur place dans cette famille.'

Pratiquer des affirmations positives et des pensées vous aidera à atténuer la tension et à favoriser un environnement plus paisible.

5.Question

Quelle est l'importance de la responsabilité personnelle dans les relations familiales ?

Réponse:Il est crucial d'enseigner que le bonheur de chaque individu est de sa propre responsabilité. Lorsque vous cessez de vous sentir responsable du bonheur de votre mari ou de votre fils, vous vous libérez du poids de leurs attentes, ce qui conduit à une meilleure santé émotionnelle et à la capacité de



contribuer positivement à la dynamique familiale.

6.Question

Comment puis-je influencer positivement ma famille pendant cette période difficile ?

Réponse:En maintenant votre propre équilibre émotionnel et en pratiquant des pensées positives constantes, vous pouvez créer un effet d'entraînement qui encourage les autres à faire de même. Vos bonnes émotions peuvent être contagieuses, allégeant l'atmosphère et établissant un environnement familial plus solidaire.

7.Question

Quelles affirmations plus saines puis-je utiliser pour améliorer ma situation ?

Réponse:Vous pouvez essayer des affirmations comme : 'Je peux observer l'évolution de ma famille avec joie,' ou 'J'aime être joueur et alléger l'ambiance.' Ces déclarations aident à déplacer votre attention du conflit vers l'appréciation, vous permettant de vous sentir autonome et alignée.

8.Question

Que devrais-je me rappeler sur la dynamique de ma



relation familiale ?

Réponse: Il est essentiel de comprendre que les dynamiques peuvent évoluer avec le temps. Votre mari et votre fils cherchent tous deux leur place dans cette nouvelle famille, et en restant centrée et en vous concentrant sur vos sentiments, vous influencerez positivement la situation. N'oubliez pas, rien ne s'est mal passé ; c'est un processus.

Chapitre 20 | Exemple 9 -- Depuis que mon père est mort, je ne peux pas retrouver mon équilibre| Questions et réponses

1.Question

Pourquoi continuons-nous à ressentir du chagrin ou de la peine après le décès d'un être cher, même si nous n'avons pas été proches depuis des années ?

Réponse: La mort d'un être cher, comme un parent, peut déclencher un retour à nos vibrations passées et à des émotions non résolues. Cela se produit parce que notre nature vibratoire est profondément influencée par les expériences de la première vie, créant des schémas difficiles à changer. Dans ce cas,



l'individu déplace son attention de sa vie présente vers des souvenirs et des sentiments liés au passé, qui peuvent ne pas être en accord avec son état vibratoire actuel, entraînant des sentiments de chagrin.

2.Question

Comment la compréhension de nos réactions émotionnelles à la perte peut-elle nous aider à trouver l'équilibre ?

Réponse:Reconnaître que nos émotions reflètent souvent des pensées en amont – celles qui vont à l'encontre de notre évolution naturelle – nous permet de naviguer dans le chagrin de manière plus constructive. En choisissant consciemment des pensées qui apportent du soulagement plutôt que celles qui augmentent l'inconfort, nous pouvons nous guider doucement vers un alignement avec notre moi en évolution.

3.Question

Quel rôle jouent nos expériences d'enfance dans la manière dont nous traitons les émotions plus tard dans la vie ?



Réponse: Les expériences d'enfance façonnent nos offres vibratoires fondamentales et nos réponses émotionnelles. Les schémas de pensée et de réponse appris pendant cette période critique persistent souvent tout au long de la vie. Comprendre que nos réponses émotionnelles adultes peuvent être enracinées dans des vibrations d'enfance non résolues nous permet de les aborder plus efficacement.

4.Question

Quelles stratégies pouvons-nous utiliser pour passer de la douleur à l'acceptation après une perte ?

Réponse: Pour passer du chagrin à l'acceptation, nous pouvons commencer par nous concentrer sur des pensées qui nous font du bien. Reconnaître notre relation passée avec le défunt avec compassion, mais aussi reconnaître les aspects positifs de la vie actuelle. Re-cadrer nos souvenirs et permettre qu'ils soient vus à travers un prisme de gratitude peut aider à cultiver un sentiment de paix.

5.Question

Quelle importance revêt le fait de confronter les émotions inconfortables liées à la perte ?



Réponse: Confronter les émotions inconfortables est essentiel pour la guérison. Reconnaître ces émotions comme des pensées en amont nous permet de les aborder directement. Ce processus est crucial pour libérer des schémas de résistance longtemps maintenus et peut conduire à une évolution personnelle significative et à une liberté émotionnelle.

6.Question

Comment pouvons-nous maintenir notre énergie dans notre vie actuelle tout en traitant les influences émotionnelles du passé ?

Réponse: En reconnaissant notre état vibratoire actuel, nous pouvons choisir intentionnellement de nous concentrer sur les aspects de notre vie qui sont satisfaisants et épanouissants. Cela implique de détourner notre attention du passé, de cultiver la pleine conscience du moment présent et d'exprimer de la gratitude pour ce que nous avons maintenant afin d'améliorer notre bien-être émotionnel.

7.Question

Quelle est la signification de regarder nos relations passées après avoir perdu un membre de la famille ?



Réponse: Réfléchir sur les relations passées après une perte peut révéler des émotions non résolues et des opportunités de croissance personnelle significatives. Cette contemplation nous permet de faire le point sur nos sentiments, d'apprécier le chemin parcouru et de renforcer notre alignement vibratoire actuel avec qui nous devenons.

8.Question

De quelle manière la loi de l'attraction peut-elle influencer notre manière de faire face à la perte ?

Réponse: La loi de l'attraction suggère que nous attirons des expériences qui correspondent à notre état vibratoire prédominant. En travaillant activement à aligner nos vibrations avec des pensées et des sentiments positifs, nous pouvons attirer des expériences qui apportent du réconfort et du soutien pendant notre processus de deuil, favorisant une perspective plus optimiste et pleine d'espoir.

9.Question

Que signifie trouver des 'pensées qui apportent du soulagement' en période de détresse émotionnelle ?



Réponse: Trouver des 'pensées qui apportent du soulagement' signifie chercher consciemment des pensées qui se sentent mieux, même si elles ne sont pas nécessairement joyeuses. Ce processus implique d'identifier et de se détourner des pensées négatives ou lourdes vers celles qui offrent un sentiment de légèreté ou d'acceptation, ce qui peut aider à restaurer l'équilibre et à apporter un sentiment de paix émotionnelle.

10.Question

Comment pouvons-nous transformer des souvenirs d'enfance négatifs en réflexions positives ?

Réponse: Transformer des souvenirs d'enfance négatifs en réflexions positives implique de réévaluer ces expériences avec un sentiment de gratitude et de compréhension. Ce recadrage se concentre sur ce que nous avons appris et comment nous avons grandi, nous permettant de voir notre passé à travers un prisme d'acceptation et d'appréciation pour les complexités de notre chemin de vie.

Chapitre 21 | Exemple 10 -- Je suis un adolescent|



Questions et réponses

1.Question

Comment devrais-je gérer le besoin de contrôle de mes parents sur mon comportement ?

Réponse:Reconnaissez que votre joie et votre bien-être ne dépendent pas de leur comportement ; concentrez-vous sur l'ajustement de vos propres pensées pour vous sentir mieux, quel que soit leur avis.

2.Question

Quelle est la clé pour se sentir bien dans une relation difficile avec ses parents ?

Réponse:Comprenez que vous ne pouvez pas contrôler leur comportement mais que vous pouvez contrôler la façon dont vous y réagissez en choisissant des pensées qui correspondent à vos propres désirs.

3.Question

Comment puis-je trouver ma liberté malgré le sentiment d'être piégé par les attentes de mes parents ?

Réponse:Réalisez que la vraie liberté vient de l'alignement de



vos pensées avec vos propres désirs plutôt que de rechercher l'approbation ou le changement chez les autres.

4.Question

Quel état d'esprit devrais-je adopter lorsque mes parents critiquent mes amitiés ?

Réponse:Changez vos pensées pour reconnaître la valeur de vos propres expériences et affirmez que vous n'avez pas besoin de leur approbation pour profiter de vos amis.

5.Question

Que signifie penser 'en aval' dans ce contexte ?

Réponse:Penser en aval signifie se concentrer sur des pensées positives qui résonnent avec votre vrai moi et vos désirs, vous permettant de vous sentir mieux, indépendamment des circonstances extérieures.

6.Question

Comment mon changement de vibration peut-il influencer le comportement de mes parents ?

Réponse:En améliorant votre propre vibration et en vous sentant mieux, vous pourriez influencer indirectement vos parents, apaisant leurs inquiétudes et les rendant plus



réceptifs.

7.Question

Comment puis-je profiter de ma liberté tout en vivant avec des parents contrôlants ?

Réponse: Acceptez que bien que vos parents puissent vouloir contrôler votre expérience, la clé est de trouver votre alignement et de créer votre joie indépendamment de leurs attitudes.

8.Question

Quelle est une étape pratique que je peux prendre face au désaccord de mes parents ?

Réponse: Face à un désaccord, rappelez-vous de votre propre valeur et de vos expériences, renforçant votre choix de poursuivre ce qui vous rend heureux sans avoir besoin de leur acceptation.

9.Question

Comment puis-je empêcher mes parents d'affecter mon état émotionnel ?

Réponse: En acceptant que leur comportement est de leur responsabilité, vous pouvez vous concentrer sur la cultivation



de vos propres pensées et émotions positives sans être influencé.

10.Question

Pourquoi est-il important de ne pas blâmer mes parents pour mes sentiments ?

Réponse:Blâmer vos parents mène à un sentiment d'impuissance ; au lieu de cela, donnez-vous du pouvoir en prenant la responsabilité de vos émotions et de la façon dont vous réagissez.



Ad



Scanner pour télécharger



★★★★★
22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!

Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !

Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !

Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !

adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique

Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey

Chapitre 22 | Exemple 11 -- Mon Ami Parle de Moi Dans Mon Dos| Questions et réponses

1.Question

Sur quoi devrais-je me concentrer lorsque je fais face à un ami qui répand des mensonges à mon sujet ?

Réponse: Au lieu de vous concentrer sur le comportement négatif de votre ami ou d'essayer de comprendre pourquoi il agit ainsi, redirigez votre attention vers votre propre équilibre émotionnel et votre bien-être. Gardez une perspective positive sur vous-même et sur vos autres amis, et ne laissez pas ses actions dicter votre état émotionnel.

2.Question

Pourquoi ne puis-je pas simplement changer le comportement de mon ami pour stopper les mensonges ?

Réponse: Vous ne pouvez pas contrôler les autres ou leurs actions. Tenter de changer quelqu'un d'autre entraîne une vibration qui contredit vos désirs. Votre pouvoir réside dans le fait de changer votre réaction face à leur comportement, ce qui vous aidera finalement à vous sentir mieux.



3.Question

Que puis-je faire pour éviter de me sentir paranoïaque à propos de ce que les autres pensent de moi ?

Réponse:Reconnaissez que vous n'êtes pas le centre du monde de tout le monde. Beaucoup de gens sont capables de comprendre la situation et ne croiront pas nécessairement les rumeurs négatives. Concentrez-vous plutôt sur la valorisation de votre estime de soi et de votre alignement émotionnel.

4.Question

Comment puis-je aider mon ami qui semble répandre de la négativité ?

Réponse:Pour l'aider véritablement, vous devez d'abord être en harmonie avec votre propre bien-être. Évitez de la voir à travers le prisme de la critique ; concentrez-vous plutôt sur ses aspects positifs. Ce n'est qu'en élevant votre propre vibration que vous pourrez avoir une influence positive sur elle.

5.Question

Quelle est la manière la plus efficace de gérer quelqu'un qui ne m'apprécie pas ?



Réponse:La manière la plus efficace est de maintenir votre propre harmonie émotionnelle et votre perspective. Déplacez votre attention loin de leur négativité et concentrez-vous plutôt sur les relations et les expériences positives dans votre vie.

6.Question

Comment le fait de me concentrer sur mon propre alignement émotionnel me profite-t-il ?

Réponse:En vous concentrant sur votre propre alignement émotionnel, vous invitez davantage d'expériences positives dans votre vie. Vous vous alignez avec l'énergie du bien-être, et en conséquence, vous pouvez attirer de bonnes choses et de meilleures relations qui résonnent avec cette énergie.

7.Question

Pourquoi est-il crucial de lâcher prise sur le besoin que les autres changent pour mon bonheur ?

Réponse:Compter sur les autres pour changer signifie que votre bonheur dépend de facteurs qui échappent à votre contrôle. Le vrai bonheur vient de l'intérieur, et trouver un



alignement dans vos propres pensées et sentiments est le seul chemin fiable vers le contentement.

8.Question

Que signifie être en alignement avec l'Énergie Source dans ce contexte ?

Réponse:Être aligné avec l'Énergie Source signifie que vous êtes en phase avec votre vrai moi : vous vous sentez bien, puissant et connecté à une énergie positive. Dans cet état, les influences négatives des autres, comme les commérages, auront peu d'effet sur votre expérience.

9.Question

Vale-t-il la peine de s'inquiéter de ce que les autres disent de moi ?

Réponse:S'inquiéter de ce que les autres disent ne conduira qu'à un déséquilibre émotionnel et à un stress inutile.

Concentrez-vous plutôt sur votre état mental, et travaillez à cultiver des sentiments d'amour de soi et d'acceptation, qui eclipsent toute négativité que les autres pourraient projeter.

10.Question

Comment puis-je cultiver des pensées positives à propos



des personnes de ma vie ?

Réponse: Choisissez délibérément de vous concentrer sur les aspects positifs de vos amis et connaissances. Pratiquez la gratitude pour les bonnes qualités que vous voyez en eux, et ce faisant, vous aiderez à aligner votre énergie avec la positivité et à favoriser de meilleures relations.

Chapitre 23 | Exemple 12 -- J'ai si peu d'argent sans amélioration en vue | Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je changer mes sentiments concernant ma situation financière ?

Réponse: Vous pouvez commencer par reconnaître vos sentiments actuels et ensuite rechercher des pensées qui vous apportent un certain soulagement.

Par exemple, au lieu de vous concentrer sur votre manque d'argent, rappelez-vous que vous serez bientôt payé, ce qui vous donne un sentiment de sécurité. Déplacez progressivement votre attention vers les possibilités et les opportunités qui s'offrent à



vous, plutôt que de rester fixé sur l'inconfort.

2.Question

Que signifie être 'en aval' en termes d'émotions ?

Réponse:Être 'en aval' fait référence à l'adoption d'une perspective qui s'aligne positivement avec vos désirs.

Lorsque vous êtes en amont, vous résistez ou ressentez des émotions négatives, tandis que les pensées en aval s'alignent davantage avec des sentiments de sérénité et d'abondance liés à ce que vous souhaitez. Il est important de cultiver des pensées en aval pour permettre aux expériences positives de couler dans votre vie.

3.Question

Pourquoi est-il important de se concentrer sur les sentiments plutôt que sur les conditions financières ?

Réponse:Se concentrer sur vos sentiments plutôt que sur vos conditions financières vous aide à réorienter votre vibration vers un état plus positif. Ce changement intérieur peut commencer à attirer de meilleures situations financières dans votre vie extérieure. Lorsque vous vous sentez bien, vous



vous ouvrez à davantage d'opportunités et de ressources.

4.Question

Quelles étapes puis-je suivre pour me sentir plus en sécurité financièrement ?

Réponse:Commencez par identifier des pensées qui offrent même une légère amélioration de vos sentiments à propos de l'argent. Faites des affirmations conscientes qui reflètent vos désirs et vos options professionnelles actuelles. Affirmez vos capacités à obtenir un meilleur emploi si c'est ce que vous voulez. En alignant continuellement vos pensées avec la positivité concernant votre situation, vous pouvez commencer à attirer ce que vous désirez vraiment.

5.Question

Comment les émotions négatives à propos de l'argent affectent-elles ma vie ?

Réponse:Les émotions négatives à propos de l'argent peuvent vous piéger dans un cycle de pénurie, bloquant l'abondance dans votre vie. Lorsque vous restez fixé sur l'inconfort, vous créez une résistance qui empêche vos désirs de se manifester.



Trouver un soulagement par rapport à ces émotions négatives est crucial pour changer votre image financière.

6.Question

Puis-je obtenir l'indépendance financière malgré ma situation actuelle ?

Réponse:Oui, vous pouvez atteindre l'indépendance financière, quelle que soit votre situation actuelle. Cela commence par changer vos pensées et vos sentiments à l'égard de l'argent et comprendre que vos expériences de vie vous aident à définir ce que vous désirez vraiment. À mesure que vous travaillez vers des sentiments plus positifs concernant votre situation financière, vous commencerez à manifester une plus grande abondance financière.

7.Question

Quel lien la loi de l'attraction a-t-elle avec mes objectifs financiers ?

Réponse:La loi de l'attraction stipule que les semblables s'attirent. En vous concentrant sur des vibrations positives et en soulageant votre résistance face à l'inconfort financier,



vous vous alignez avec l'énergie de ce que vous désirez. Cette alignement vous aide à attirer les circonstances et les opportunités qui mènent à l'atteinte de vos objectifs financiers.

8.Question

Comment puis-je maintenir un état d'esprit positif lorsque mes conditions financières sont difficiles ?

Réponse:Pratiquez des affirmations quotidiennes et des visualisations positives concernant votre situation financière. Rappelez-vous régulièrement de vos capacités et de votre potentiel de croissance. Engagez-vous dans des pratiques de gratitude pour ce que vous avez, et fixez-vous de petits objectifs réalisables pour favoriser un sens du progrès et de la positivité dans votre parcours financier.

9.Question

Quel rôle l'humour joue-t-il dans la gestion du stress financier ?

Réponse:L'humour peut être un outil puissant pour alléger le stress. Lorsque vous trouvez le côté léger de vos difficultés



financières, cela aide à réduire la charge émotionnelle qui leur est associée. Ce changement de perspective vous permet d'aborder vos finances avec un sens du jeu, ce qui facilite l'attraction de meilleures circonstances.

10.Question

Est-il normal de ressentir de l'envie envers des amis qui sont financièrement mieux lotis ?

Réponse:Oui, il est normal de ressentir de l'envie par moments ; cependant, il est crucial de reconnaître que ces sentiments ne vous servent pas. Au lieu de laisser l'envie s'installer, essayez de l'utiliser comme motivation pour reconnaître vos propres désirs d'indépendance financière. Déplacez votre attention vers ce que vous pouvez faire pour créer un avenir financier positif pour vous-même.

Chapitre 24 | Exemple 13 -- Je Ne Trouve Pas de Partenaire| Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire si j'ai du mal à trouver un partenaire et que je me sens accablé par les rencontres ?

Réponse:Au lieu de forcer une connexion sérieuse



avec chaque personne que vous rencontrez, concentrez-vous sur le plaisir du moment. Abordez chaque rendez-vous comme une occasion de passer un bon moment et d'avoir des conversations agréables, plutôt que comme une audition pour un partenaire de vie. Cet état d'esprit léger vous aidera à attirer des personnes qui recherchent également du plaisir, ouvrant la voie à une connexion plus naturelle à l'avenir.

2.Question

Comment puis-je aligner mes émotions avec mon désir de trouver un partenaire ?

Réponse: Pour aligner vos émotions, pratiquez le fait de vous concentrer sur des pensées positives liées aux rencontres.

Changez votre mentalité de 'Je ne peux pas trouver la bonne personne' à 'J'aime rencontrer de nouvelles personnes et apprendre de chaque expérience.' Permettez-vous de vous sentir bien sur le moment, même si la personne avec qui vous êtes ne semble pas être 'la bonne.' Cela vous permet de rester



en phase vibratoire avec ce que vous désirez vraiment.

3.Question

Quel état émotionnel devrais-je viser pendant les rencontres ?

Réponse: Vous devriez viser un état émotionnel positif. Cela signifie se sentir détendu et apprécier vos expériences plutôt que de se sentir sous pression ou tendu. En maintenant un état émotionnel positif à propos des rencontres, vous vous ouvrez à attirer d'autres personnes également positives, menant à des connexions plus saines et enrichissantes.

4.Question

Que se passe-t-il lorsque j'examine trop attentivement les partenaires potentiels ?

Réponse: Lorsque vous scrutez trop attentivement les partenaires potentiels, vous attirez d'autres personnes qui sont également critiques et jugeantes, ce qui mène à une déception mutuelle. Au lieu de cela, en adoptant une approche relaxée des rencontres, vous créez un espace pour la joie et la connexion, augmentant vos chances de trouver quelqu'un qui



résonne avec vous.

5.Question

Quel rôle joue la confiance dans l'Univers dans la recherche d'un partenaire ?

Réponse:Faire confiance à l'Univers signifie croire que tous vos désirs se manifesteront en temps voulu. Quand vous cessez d'essayer de forcer les choses et que vous profitez plutôt du processus, vous vous alignez avec le flux de la vie qui vous conduira naturellement vers votre partenaire idéal.

6.Question

Comment mes expériences passées en matière de rencontres peuvent-elles contribuer à mes relations futures ?

Réponse:Chaque expérience passée contribue à votre compréhension de ce que vous désirez vraiment chez un partenaire. Chaque rendez-vous aide à clarifier les traits que vous appréciez et ceux que vous souhaitez éviter, enrichissant ainsi votre image de la relation idéale et vous rapprochant de quelqu'un qui correspond à votre vision.

7.Question

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Quel changement de mentalité peut m'aider à mieux apprécier les rencontres ?

Réponse: Changez votre mentalité en passant d'une vision des rencontres comme une tâche orientée vers un but à celle d'une exploration de nouvelles expériences. Au lieu de penser 'Je dois trouver la bonne personne', pensez 'Je suis ravi de rencontrer des personnes intéressantes et d'apprécier cette partie de mon parcours.' Ce changement permet une plus grande ouverture et satisfaction.

8.Question

Pourquoi est-il important de se sentir bien maintenant dans le processus de recherche d'un partenaire ?

Réponse: Se sentir bien maintenant est crucial car cela aligne vos vibrations avec vos désirs. Lorsque vous vous sentez bien, vous attirez de meilleures expériences et personnes dans votre vie. En donnant la priorité aux bonnes émotions, vous créez les bonnes conditions pour que votre partenaire idéal entre dans votre vie.





Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points



Échangez un livre



Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 25 | Exemple 14 -- Ma sœur et moi ne nous parlons plus| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je retrouver mon pouvoir dans une relation où je me sens blessé ?

Réponse:Comprenez que vous ne pouvez pas contrôler ce que les autres pensent, ressentent ou comment ils se comportent, mais vous pouvez contrôler votre réponse à cela. Concentrez-vous sur l'harmonisation de vos pensées avec l'amour et la reconnaissance. En libérant la colère et le ressentiment, vous retrouvez votre sentiment de pouvoir et de joie.

2.Question

Quel est le bénéfice d'aimer quelqu'un indépendamment de ses actions ?

Réponse:Aimer quelqu'un, même en cas de désaccords, vous aligne avec votre vrai moi. Lorsque vous choisissez l'amour plutôt que le ressentiment, vous ressentez un soulagement émotionnel et une satisfaction, indépendamment du



comportement de l'autre personne.

3.Question

Comment puis-je soulager une colère persistante ?

Réponse: Acceptez que vous pouvez renoncer au besoin de validation de l'autre personne. Déplacez votre attention sur ce que vous pouvez contrôler : vos pensées. En changeant votre perspective et en cultivant des sentiments positifs, le poids lourd de la colère commencera à s'alléger.

4.Question

Pourquoi est-il plus important de trouver l'harmonie avec moi-même que de réparer ma relation avec une autre personne ?

Réponse: Votre bonheur ne dépend pas des autres. Retrouver l'harmonie avec votre moi intérieur et trouver la paix en vous est la première étape pour aller mieux. Lorsque vous devenez entier et émotionnellement comblé, vous pourriez ressentir naturellement l'envie de tendre la main ou de réconcilier.

5.Question

Que devrais-je faire lorsque je commence à me sentir mieux émotionnellement ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Réponse:Prenez le temps de profiter et de vous délecter de vos nouvelles émotions positives avant de passer à l'action. Laissez vos sentiments se stabiliser ; ensuite, laissez la Loi de l'Attraction guider les circonstances et les connexions qui servent votre état amélioré.

6.Question

Comment puis-je maintenir mes sentiments positifs dans le temps ?

Réponse:Redirigez régulièrement vos pensées vers les aspects positifs de votre vie et de vos relations. Avec une pratique constante, ces pensées positives deviendront votre nouvelle norme, rendant plus facile le fait de rester dans un bon état émotionnel.

7.Question

Comment le fait de garder de la colère affecte-t-il mon bien-être ?

Réponse:Garder de la colère vous déconnecte de votre vrai moi et crée un état d'insatisfaction. Cela vous empêche de ressentir de l'amour et de l'appréciation, tous deux essentiels



à votre santé émotionnelle et à votre alignement.

8.Question

Quelle est la première étape vers un soulagement émotionnel dans une relation difficile ?

Réponse:Reconnaissez que vos sentiments proviennent de vos pensées et de vos perceptions. Commencez par choisir consciemment des pensées qui favorisent un sentiment d'amour et de compréhension, permettant ainsi un espace pour la guérison.

9.Question

Est-il nécessaire de résoudre les problèmes avec l'autre personne pour aller mieux ?

Réponse:Non, ce n'est pas nécessaire. Concentrez-vous d'abord sur votre propre santé émotionnelle et votre alignement. La guérison vient de l'intérieur, et toute résolution dans la relation découlera de votre état amélioré.

10.Question

Que se passe-t-il lorsque j'arrête de chercher la validation des autres ?

Réponse:Lorsque vous arrêtez de chercher la validation, vous



vous donnez le pouvoir de vous sentir entier et complet. Ce changement vous permet de cultiver des relations authentiques et une sécurité émotionnelle, ce qui résulte en une existence plus joyeuse.

Chapitre 26 | Exemple 15 -- Mon Partenaire me Contrôle et je me Sens Étouffé| Questions et réponses

1.Question

Que dois-je faire si je me sens étouffé dans ma relation ?

Réponse:Reconnaissez que votre sentiment

d'étouffement peut venir de vos propres pensées plutôt que du comportement de votre partenaire.

Commencez à vous concentrer sur vos propres pensées et sentiments, en affirmant votre liberté de penser de manière indépendante et de poursuivre vos intérêts. Reformulez votre situation en reconnaissant les aspects positifs de votre relation, ce qui peut vous aider à retrouver un sens d'alignement personnel.

2.Question

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pourquoi ressentons-nous souvent du malheur dans les relations malgré notre désir de bonheur pour notre partenaire ?

Réponse: Nous croyons souvent à tort que notre bonheur dépend du comportement de notre partenaire. Cela nous amène à nous concentrer sur le contrôle de leur bonheur, ce qui peut créer une dépendance et diminuer le bonheur des deux partenaires. Au lieu de cela, le vrai bonheur vient de l'alignement avec nos propres pensées et du maintien de notre propre bien-être.

3.Question

Comment puis-je influencer positivement le bonheur de mon partenaire ?

Réponse: Le moyen le plus efficace d'influencer le bonheur de votre partenaire est de vous concentrer sur votre propre bien-être. En restant positif et en étant en accord avec votre propre bonheur, vous émettez un signal vibratoire qui peut inspirer votre partenaire à trouver son propre bonheur, plutôt que de s'en remettre à vous.



4.Question

Quelle est l'importance de l'alignement personnel dans une relation ?

Réponse:L'alignement personnel est crucial dans une relation car il permet à chaque partenaire de maintenir son indépendance et son bonheur. Lorsque les deux individus se concentrent sur leur propre alignement émotionnel, ils peuvent contribuer à une dynamique plus saine qui favorise le soutien mutuel et la positivité.

5.Question

Comment puis-je changer mes pensées pour me sentir mieux dans ma relation ?

Réponse:Commencez par identifier les pensées négatives telles que le sentiment d'être contrôlé ou étouffé. Ensuite, passez consciemment à des affirmations plus positives concernant votre liberté et les forces de votre relation. Par exemple, rappelez-vous que vous pouvez poursuivre vos intérêts et concentrez-vous sur les aspects positifs de votre partenaire.



6.Question

Pourquoi est-il inefficace d'essayer de changer mon partenaire pour améliorer mon bonheur ?

Réponse:Essayer de changer votre partenaire pour vous sentir plus heureux est inefficace car cela place votre bonheur entre les mains de quelqu'un d'autre, entraînant une dépendance et du ressentiment. Le vrai bonheur vient de l'intérieur, et lorsque vous vous concentrez sur votre propre alignement, cela affecte naturellement la relation de manière positive.

7.Question

Quel est le rôle du soin de soi dans le maintien d'une relation saine ?

Réponse:Le soin de soi est vital pour maintenir une relation saine, car il garantit que vous êtes émotionnellement équilibré et épanoui. Lorsque vous prenez soin de vos propres besoins et émotions, vous êtes mieux équipé pour être soutenant et encourageant pour votre partenaire, créant ainsi une relation harmonieuse.

8.Question

Comment comprendre le pouvoir de mes propres pensées

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

peut-il changer ma relation ?

Réponse: En comprenant que vos pensées ont le pouvoir de façonner vos sentiments et perceptions, vous pouvez prendre le contrôle de votre état émotionnel. Cette prise de conscience vous permet de naviguer dans votre relation de manière plus positive, conduisant à un plus grand bonheur et à une plus grande satisfaction tant pour vous que pour votre partenaire.

Chapitre 27 | Exemple 16 -- Je prends un divorce et je me sens perdue | Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire quand je me sens perdu après une rupture ?

Réponse: Reconnaissez vos sentiments de chagrin et comprenez que votre douleur est le résultat de vibrations conflictuelles en vous. Réaliser que la relation que vous désirez existe toujours dans votre enveloppe vibratoire peut aider à orienter votre attention vers la positivité et la guérison.



2.Question

Comment puis-je passer à autre chose après la douleur d'un divorce ?

Réponse:Concentrez-vous sur la recherche de pensées plus positives qui vous permettent de passer progressivement de la douleur à l'autonomisation. Même de petites pensées de soulagement peuvent créer un chemin vers la guérison. Par exemple, reconnaître la liberté que vous avez maintenant peut contribuer à votre rétablissement émotionnel.

3.Question

Qu'est-ce que l'enveloppe vibratoire et comment cela se rapporte-t-il à mes sentiments ?

Réponse:L'enveloppe vibratoire fait référence à la création de relations puissantes et positives que vous avez construites en vous-même, qui restent intactes malgré votre tourmente émotionnelle actuelle. Votre souffrance indique que vous vous opposez actuellement à ces profondes vibrations positives.

4.Question

Pourquoi mon bonheur dépend-il des actions des autres ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Comment puis-je changer cela ?

Réponse: Il est essentiel de prendre la responsabilité de votre propre bonheur au lieu de compter sur une autre personne.

Reconnaissez que votre état émotionnel est influencé par vos pensées sur vous-même et vos circonstances, et non par le comportement des autres.

5.Question

Mon ex-partenaire peut-il revenir si je réaligne mes émotions ?

Réponse: Bien qu'il soit possible que votre ex revienne lorsque vous trouvez l'harmonie émotionnelle, l'accent devrait être mis sur l'alignement avec votre propre enveloppe vibratoire. Lorsque vous privilégiez votre bien-être émotionnel, la bonne relation viendra à vous, que ce soit avec votre ex ou quelqu'un de nouveau.

6.Question

Quelles étapes puis-je suivre pour commencer à me sentir mieux après une rupture ?

Réponse: Commencez par reconnaître où vous en êtes



émotionnellement, puis essayez délibérément d'atteindre des pensées plus positives. Passez par des étapes de sentiment sans jugement, en passant de la colère à l'espoir puis à l'autonomisation, tout en nourrissant votre guérison émotionnelle.

7.Question

Comment reconstruire ma force émotionnelle après m'être senti abandonné ?

Réponse:Reconstruisez-vous en vous concentrant sur votre résilience et votre estime de soi. Réfléchissez à vos forces et reconnaissez que votre vie ne dépend pas d'une seule personne. Cultiver un sens de l'indépendance favorisera la croissance et la guérison.

8.Question

Quelle est l'importance de comprendre mon système de guidance émotionnelle ?

Réponse:Votre système de guidance émotionnelle fournit un aperçu de votre état actuel et vous aide à suivre vos progrès vers des pensées plus positives. Être conscient de ce système



vous permet de naviguer plus efficacement dans vos émotions et d'améliorer votre bien-être.

9.Question

Comment devrais-je réagir lorsque des amis m'encouragent à rester en colère ou triste ?

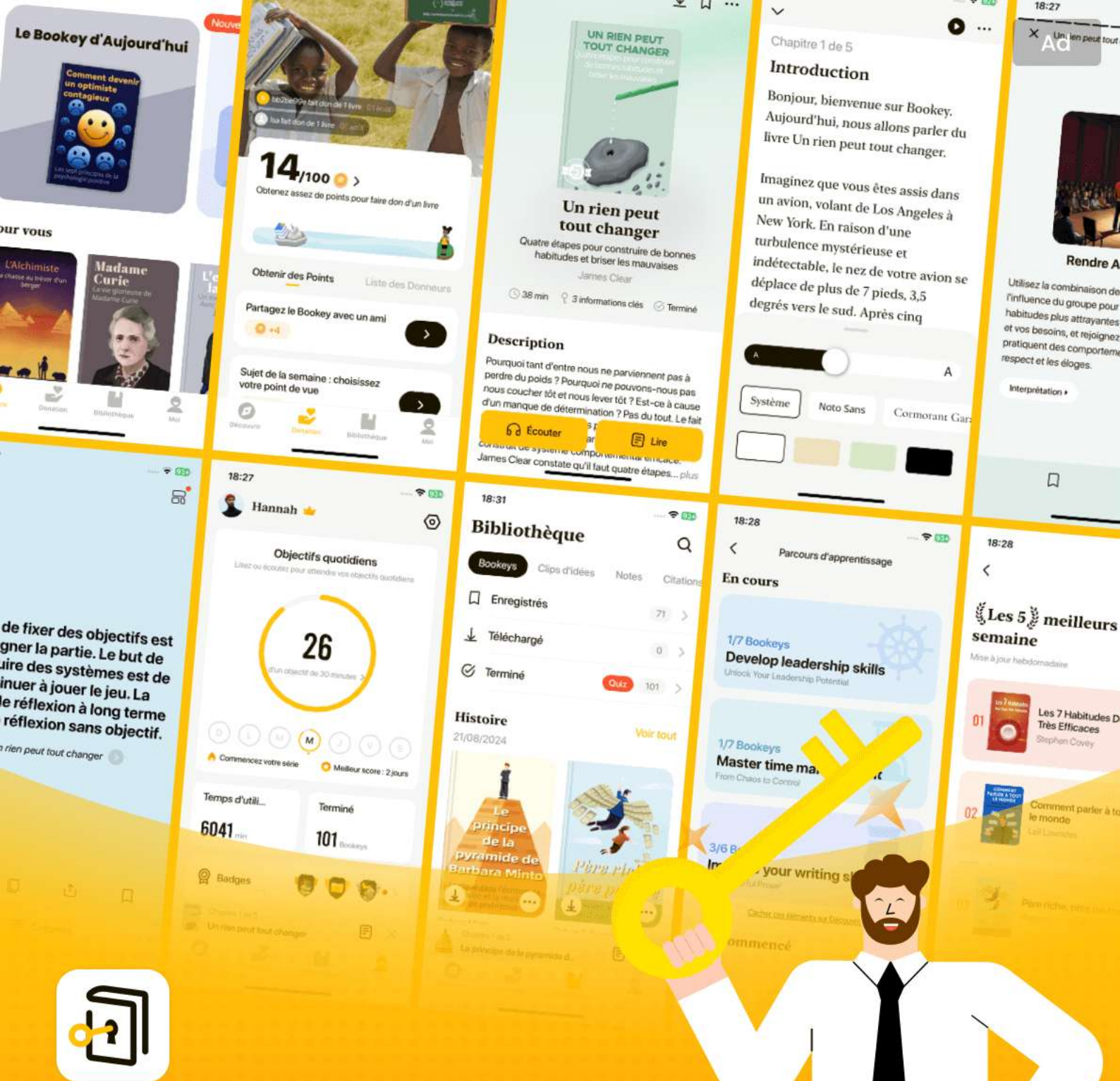
Réponse:Rappelez-vous que le voyage est personnel et que votre croissance émotionnelle est guidée par vos propres expériences. Il est normal de reconnaître où vous en êtes, mais privilégiez vos propres sentiments et votre croissance plutôt que de vous conformer aux attentes des autres.

10.Question

Comment les relations ratées contribuent-elles à ma croissance ?

Réponse:Chaque relation vous enseigne sur vos désirs et préférences, contribuant ainsi à votre enveloppe vibratoire. Apprendre de ces expériences passées enrichit votre compréhension de ce que vous souhaitez dans de futures relations, vous guidant vers une connexion plus épanouissante.





Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 28 | Exemple 17 -- Mes Enfants N'ont Aucun Respect Pour Moi| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je regagner le respect de mes enfants qui semblent me manquer de respect ?

Réponse: Au lieu d'essayer de reprendre le contrôle sur vos enfants, concentrez-vous sur votre propre alignement émotionnel. Comprenez que vos enfants, comme vous, sont des créateurs indépendants et ont leurs propres expériences à vivre. Déplacez votre attention de leur comportement vers vos pensées à leur sujet. Permettez-vous de ressentir un soulagement en abandonnant le besoin de contrôler et en vous tournant vers des pensées qui vous apportent du mieux-être. Par exemple, pensez à laisser vos enfants être qui ils sont et ayez confiance que leur parcours est valide.

2.Question

Quelle est la raison sous-jacente des conflits dans les relations parent-enfant ?



Réponse: Les conflits surviennent souvent de la croyance que les parents doivent contrôler ou diriger la vie de leurs enfants. Lorsque les parents sont en difficulté ou dans un état émotionnel négatif, ils essaient d'exercer un contrôle par leurs mots et leurs actions. Cette déconnexion de leur propre Être intérieur conduit à des désaccords. La véritable harmonie vient de la connexion à sa propre positivité et de laissent les enfants créer leurs propres chemins.

3.Question

Pourquoi devrais-je cesser d'essayer de contrôler le comportement de mes enfants ?

Réponse: Le contrôle crée de la résistance et vous déconnecte de votre Être intérieur. Lorsque vous tentez de contrôler, vous déclenchez une rébellion chez vos enfants car ils cherchent à exprimer leurs propres identités uniques. Au lieu de cela, concentrez-vous sur votre propre bien-être émotionnel, ce qui influencera naturellement positivement le comportement de vos enfants. En lâchant prise sur le contrôle, vous créez une atmosphère plus ouverte pour le



respect mutuel et la compréhension.

4.Question

Quelle est la responsabilité la plus importante que j'ai en tant que parent ?

Réponse: Votre plus grande responsabilité est d'aider vos enfants à maintenir leur connexion à leur propre Énergie Source. Vous ne pouvez le faire que si vous êtes aligné avec votre propre Source. Votre alignement vous aidera à offrir des conseils aimants et à créer un environnement positif où les enfants se sentent libres de s'exprimer.

5.Question

Comment puis-je transformer ma détresse en sentiments positifs envers mes enfants ?

Réponse: Commencez par reconnaître vos sentiments sans blâmer vos enfants. Déplacez votre attention vers des pensées qui soulagent votre inconfort, comme reconnaître que vous n'avez pas besoin de tout contrôler ou qu'il est acceptable de leur donner de l'espace. Pensez à la façon dont vous les voyiez positivement auparavant et visez à revenir à cette



perspective. Ce changement de concentration peut égayer votre esprit et améliorer vos interactions.

6.Question

Que signifie ‘laisser tomber les rames’ dans la parentalité ?

Réponse:Laisser tomber les rames signifie renoncer au besoin de contrôler les actions de vos enfants et accepter leur individualité. Cela signifie faire confiance au processus et comprendre que vous ne pouvez pas diriger leur vie, mais que vous pouvez influencer l'environnement en alignant vos propres pensées et émotions de manière positive. Ce changement permet la croissance et la compréhension au sein de la relation parent-enfant.

7.Question

Comment mon état émotionnel affecte-t-il ma relation avec mes enfants ?

Réponse:Votre état émotionnel fixe le ton de vos interactions avec vos enfants. Si vous êtes dans un espace émotionnel négatif, cela entraîne une communication inefficace et des



conflits. Cependant, lorsque vous vous concentrez sur le fait de vous sentir bien et de vous aligner avec votre Être intérieur, vous créez un environnement vibratoire positif qui favorise le respect et la compréhension mutuels.

8.Question

Que devrais-je prioriser dans ma relation avec mes enfants ?

Réponse:Priorisez votre propre alignement émotionnel et votre connexion avec votre Être intérieur. Lorsque vous nourrissez votre bien-être et vous concentrez sur des pensées positives, vous créez naturellement une atmosphère saine et aimante pour vos enfants, leur permettant de s'épanouir dans leurs propres parcours uniques.

9.Question

Est-il possible de maintenir le contrôle tout en étant un parent aimant ?

Réponse:Le véritable contrôle dans la parentalité vient de l'alignement émotionnel plutôt que de l'exercice de pouvoir sur vos enfants. En leur permettant d'avoir leur espace et leur



liberté de créer leurs propres expériences tout en offrant une atmosphère de soutien et d'amour, vous favorisez le respect et réduisez les conflits, ce qui est une forme de contrôle plus efficace.

10.Question

Quel est le rôle du soulagement émotionnel dans la parentalité ?

Réponse:Le soulagement émotionnel est crucial car il signifie une réduction de la résistance et un retour à un état d'alignement avec votre Être intérieur. En vous concentrant sur des pensées qui apportent soulagement et joie, vous dégagez le chemin pour une relation plus harmonieuse avec vos enfants et ouvrez des possibilités pour des interactions positives.

Chapitre 29 | Exemple 18 -- Les gens volent mes idées créatives| Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire lorsque je sens que quelqu'un a volé mes idées créatives ?

Réponse:Concentrez-vous sur votre propre



alignement et créativité plutôt que de contrôler les actions des autres. Comprenez que vous ne pouvez pas dicter le comportement des autres, et au lieu de les blâmer, canalisez votre énergie vers votre propre croissance et vos contributions.

2.Question

Comment puis-je maintenir ma joie et ma puissance face au plagiat ou au vol d'idées ?

Réponse:Rappelez-vous que personne ne peut vous enlever votre voix authentique ou votre créativité. En vous alignant avec votre Être intérieur et en reconnaissant votre propre valeur, vous attirerez des idées et des opportunités bénéfiques, indépendamment des actions des autres.

3.Question

Quelle est la clé pour vivre une véritable liberté dans mes poursuites créatives ?

Réponse:La clé est d'arrêter d'essayer de contrôler ou de juger le comportement des autres et de plutôt contrôler votre propre vibration. Lorsque vous vous concentrez sur vos



propres intentions et vous alignez avec votre vrai moi, vous trouverez la liberté et le bonheur.

4.Question

Pourquoi est-il important de laisser de côté l'idée qu'il y a une manière 'correcte' de se comporter ?

Réponse: Croire en une seule façon 'correcte' crée de la résistance et des conflits. Accepter la variété des perspectives et des idées est essentiel pour l'expansion et la croissance dans l'Univers ; cela permet la collaboration et l'amélioration collective.

5.Question

Comment puis-je répondre de manière constructive à la frustration de voir d'autres mal utiliser mon travail ?

Réponse: Reconnaissez vos sentiments mais redirigez votre attention vers la célébration de vos propres réalisations et l'impact positif de votre travail. Encouragez et applaudissez les efforts des autres pour contribuer de manière positive, comprenant que l'abondance existe pour tout le monde.

6.Question

Quelle croyance sous-jacente pourrait causer mon



inconfort face aux comportements des autres ?

Réponse: Votre inconfort provient souvent de votre propre désalignement avec votre vrai soi. Lorsque vous vous concentrez excessivement sur ce que les autres font mal, vous vous éloignez de votre propre chemin et de votre connexion avec votre Être intérieur.

7.Question

Quel changement d'état d'esprit peut m'aider lorsque je me sens contrarié par les actions des autres ?

Réponse: Changez votre état d'esprit en passant de la sensation d'être menacé par les autres à la reconnaissance que leurs actions ne peuvent pas diminuer vos dons uniques. Célébrez les contributions des autres et voyez-vous comme faisant partie d'une communauté plus large et solidaire.

8.Question

Comment comprendre le concept d'illimité change-t-il ma perspective sur la compétition ?

Réponse: Réaliser que chacun a un potentiel illimité vous aide à apprécier les accomplissements collectifs plutôt que de



vous sentir diminué par eux. Cela favorise une croyance en l'abondance, où le succès n'est pas un jeu à somme nulle.

9.Question

Quel est le bénéfice d'accepter qu'il n'est pas nécessaire d'avoir un accord universel sur les idées ?

Réponse:Accepter des points de vue divers permet une expérience de vie plus riche, où les expressions individuelles peuvent coexister sans conflit. Cette perspective favorise l'harmonie et renforce l'idée que chacun peut poursuivre sa vision.

Chapitre 30 | Exemple 19 -- Ma mère a été diagnostiquée avec la maladie d'Alzheimer| Questions et réponses

1.Question

Comment dois-je faire face à un être cher diagnostiqué avec la maladie d'Alzheimer ?

Réponse:Il est essentiel de maintenir votre propre équilibre émotionnel et de vous connecter à votre source d'amour, quelles que soient les conditions.

Reconnaissez que votre perspective peut différer de



l'expérience de votre être cher, et qu'il peut trouver la paix en lâchant prise tandis que vous pourriez rencontrer des difficultés. Concentrez-vous sur la recherche de pensées plus positives pour vous-même plutôt que d'essayer de changer la situation de votre proche. Développez un sentiment de gratitude pour ce parcours, en comprenant que cette expérience peut mener à une croissance personnelle et à une acceptation progressive des transitions de la vie.

2.Question

Que signifie maintenir un amour inconditionnel dans des situations difficiles ?

Réponse:L'amour inconditionnel implique de rester connecté à votre vrai moi et à votre Source, qui est l'amour, malgré les circonstances extérieures. Cela signifie accepter la réalité de l'état de votre être cher sans laisser cela dicter vos émotions. Ce faisant, vous pouvez aborder la situation avec compassion et gratitude plutôt qu'avec peur et chagrin, comprenant qu'il peut y avoir des bénéfices dans les défis que la vie présente.



3.Question

Comment puis-je changer ma perspective face à la détérioration de la santé d'un être cher ?

Réponse:Changez votre focus de la peur de les perdre à l'appréciation des moments que vous avez ensemble.

Réfléchissez à la façon dont votre être cher semble trouver la paix malgré son état et remarquez que ses luttes peuvent avoir diminué. Reconnaissez que cette situation peut servir de préparation pour vous et votre être cher, permettant une compréhension plus profonde des transitions de la vie et favorisant un sentiment de gratitude pour le parcours.

4.Question

Quels sont les signes de libération émotionnelle lorsqu'on fait face à un être cher atteint d'Alzheimer ?

Réponse:Recherchez des signes comme une résignation paisible ou une diminution de l'importance des frustrations passées chez votre être cher. Cela peut indiquer qu'il libère ses luttes, vous permettant de trouver du réconfort dans son état plutôt que de vous concentrer uniquement sur sa



détérioration. Accueillez les moments de clarté qu'il montre et reconnaissez les fardeaux allégés qu'il peut ressentir en naviguant dans son état.

5.Question

Comment peut-on trouver de l'appréciation dans le processus d'un être cher face à l'Alzheimer ?

Réponse:Cultiver l'appréciation implique de reconnaître que même dans les moments difficiles, il peut y avoir croissance et apprentissage. Réfléchissez aux leçons que cette expérience apporte, telles que l'importance de la patience, de la compassion et de la compréhension du cycle de la vie. Cultivez la gratitude en reconnaissant que des situations qui semblent défavorables pourraient finalement mener à une croissance personnelle et collective pour tous les impliqués.





Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

- Brand
- Leadership & collaboration
- Gestion du temps
- Relations & communication
- Know
- Stratégie d'entreprise
- Créativité
- Mémoires
- Argent & investissements
- Positive Psychology
- Entrepreneuriat
- Histoire du monde
- Communication parent-enfant
- Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 31 | Exemple 20 -- Mon personnel de bureau semble avoir du mal à s'entendre| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je changer ma perspective sur les conflits entre employés dans mon entreprise ?

Réponse: Au lieu de considérer les conflits comme des problèmes, voyez-les comme des opportunités de croissance et d'évolution. Comprenez que ces affrontements de personnalité font simplement partie du processus qui aide chacun à clarifier ses préférences et ses désirs. En vous concentrant sur les qualités positives de votre personnel et en reconnaissant leur potentiel, vous pouvez transformer les frustrations en conversations constructives qui mènent à un meilleur environnement de travail.

2.Question

Quel rôle jouent mes pensées et mes vibrations dans les résultats de mon entreprise ?



Réponse: Vos pensées et vos vibrations sont la base du succès de votre entreprise. Elles créent l'énergie qui influence votre environnement et vos relations. En maintenant des pensées positives et un état d'esprit orienté vers les solutions, vous pouvez attirer des résultats souhaitables et améliorer la dynamique globale de votre lieu de travail.

3.Question

Comment les problèmes contribuent-ils à la croissance de mon entreprise ?

Réponse: Les problèmes sont essentiels à la croissance de votre entreprise car ils suscitent des questions qui mènent à des solutions. Reconnaître que chaque défi est une demande d'expansion vous permet de les accueillir plutôt que de les résister. Les solutions à ces problèmes sont ce qui propulse le progrès, et en abordant les questions avec un état d'esprit de curiosité et de possibilité, vous favorisez une culture d'amélioration continue.

4.Question

Sur quoi devrais-je me concentrer pour améliorer mes expériences avec mes employés ?



Réponse: Concentrez-vous sur ce qui vous fait du bien. Mettez en avant les aspects positifs de vos employés et appréciez leurs contributions uniques. En détournant votre attention de ce qui vous frustre, vous pourrez commencer à voir la valeur qu'ils apportent à votre entreprise, et ce changement de perspective créera un environnement de travail plus harmonieux.

5.Question

Comment puis-je gérer ma propre énergie divisée concernant les plaintes du personnel ?

Réponse: Pour gérer votre énergie divisée, pratiquez la pleine conscience face à des sentiments négatifs. Reconnaissez vos frustrations, puis redirigez consciemment vos pensées vers les aspects de votre entreprise et de votre équipe qui vous apportent joie ou soulagement. Cela vous permet de vous reconnecter à vos désirs supérieurs, ce qui attirera à son tour une énergie et des personnes positives dans votre entreprise.

6.Question

En quoi les plaintes des employés reflètent-elles mes propres sentiments ?



Réponse: Les plaintes des employés reflètent souvent votre propre attention. Lorsque vous vous concentrez sur leurs problèmes, vous pourriez amplifier la négativité.

Comprendre que le comportement de vos employés n'impacte peut-être pas réellement leur productivité—voire leur bonheur—peut vous aider à alléger le fardeau que vous ressentez face à leurs conflits. Reconnaissez que vos propres sentiments sont un choix, et vous pouvez choisir de vous sentir bien, quelle que soit la situation extérieure.

7.Question

Comment le fait de se concentrer sur la vue d'ensemble affecte-t-il mon entreprise ?

Réponse: Se concentrer sur la vue d'ensemble vous permet de centrer votre attention sur vos objectifs et visions globaux plutôt que de vous laisser submerger par des problèmes mineurs. Cependant, il est crucial de se concentrer également positivement sur les détails. Lorsque vous vous alignez sur la vision plus large tout en célébrant les progrès réalisés grâce aux petits détails, vous élevez l'énergie et l'efficacité globales



de votre entreprise.

8.Question

Quelle est l'importance de maintenir un environnement de travail positif ?

Réponse:Un environnement de travail positif améliore la satisfaction des employés, la productivité et la loyauté. En favorisant une culture qui encourage la communication ouverte et le respect mutuel, vous créez un espace propice à la croissance. Les employés sont plus susceptibles d'épanouir et de contribuer positivement lorsqu'ils se sentent valorisés et évoluent dans un environnement propice à leur expansion personnelle et professionnelle.

Chapitre 32 | Exemple 21 -- Mon mari pense que cette philosophie est ridicule et ne veut pas en entendre parler| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je équilibrer mes intentions positives lorsque mon partenaire a une mentalité différente ?

Réponse:Concentrez-vous sur vos propres pensées et désirs positifs sans ressentir le besoin que votre



partenaire soit d'accord. Comprenez que leur perspective ne diminue pas votre capacité à créer ce que vous voulez. Vous pouvez prospérer individuellement même s'ils ne partagent pas le même enthousiasme pour vos croyances.

2.Question

Que devrais-je faire lorsque les pensées négatives de mon partenaire affectent ma positivité ?

Réponse:Reconnaissez que leurs pensées ne vous affectent que si vous choisissez d'y penser. Recentrez-vous sur vos désirs et maintenez une vibration alignée avec vos objectifs. Cela réduit la résistance et permet à vos intentions positives de se manifester plus librement.

3.Question

Est-il nécessaire que mon partenaire soit d'accord avec mes croyances pour atteindre mes objectifs ?

Réponse:Non, il n'est pas nécessaire que votre partenaire soit d'accord ou partage vos croyances. Vos créations personnelles vous appartiennent. En ne vous opposant pas à



leurs croyances, vous pouvez toujours avancer vers vos désirs et permettre à l'univers de les manifester.

4.Question

Comment puis-je créer ce que je veux alors que mon partenaire a une vision différente ?

Réponse:En restant fidèle à votre propre vision et à vos désirs sans avoir besoin de validation ou d'accord de la part de votre partenaire. Concentrez-vous sur ce que vous voulez et adoptez des pensées qui s'alignent avec ces désirs.

5.Question

Quelle est la conséquence potentielle si j'arrête d'essayer de changer les croyances de mon partenaire ?

Réponse:Lorsque vous arrêtez de vous opposer aux croyances et opinions de votre partenaire, vous pouvez créer un environnement plus harmonieux pour que vos propres désirs s'épanouissent. Cela peut conduire à une plus grande satisfaction personnelle et peut même inspirer votre partenaire à comprendre votre point de vue avec le temps.

6.Question

Comment puis-je m'assurer que mes désirs se réalisent

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

malgré la résistance externe ?

Réponse: Restez engagé dans votre propre alignement vibratoire en vous concentrant sur des pensées et des émotions positives concernant ce que vous voulez, plutôt que sur les pensées négatives de votre entourage. Cela est essentiel pour votre processus créatif personnel.

7.Question

Que signifie le concept d'« escrow vibratoire » dans ma relation ?

Réponse: L'escrow vibratoire fait référence au concept selon lequel tous vos désirs sont énergétiquement mis de côté en attente de se manifester. Même si votre partenaire a une vision différente, vous pouvez tous les deux contribuer inconsciemment à des désirs communs, et en étant conscient de cela, vous pouvez rester aligné avec vos aspirations.

Chapitre 33 | Exemple 22 -- On me Considère Comme Vieux dans Cette Société| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je faire face à mes sentiments de vieillesse



dans une société qui met l'accent sur l'âge ?

Réponse: Au lieu de voir l'âge à travers le prisme étroit de l'apparence physique et des attentes sociétales, reconnaissez que votre essence est éternelle. Concentrez-vous sur le présent et trouvez de la joie dans chaque instant, permettant à votre perspective élargie d'influencer votre façon de voir le vieillissement.

2.Question

Quelle est l'importance de m'aligner sur ma perspective élargie ?

Réponse: S'aligner sur votre perspective élargie aide à diminuer les sentiments de manque et vous ouvre à la richesse des expériences de vie, vous faisant sentir vibrant, peu importe votre âge. Lorsque vous vous concentrez sur des pensées et des expériences positives, vous remarquerez un changement dans la façon dont vous percevez votre âge.

3.Question

Pourquoi est-il nécessaire de prendre responsabilité de



mes propres émotions ?

Réponse: Prendre responsabilité de vos émotions vous permet de changer votre perspective et votre état émotionnel sans dépendre de la validation externe. En reconnaissant que vos émotions vous appartiennent, vous pouvez travailler à les améliorer indépendamment des actions des autres.

4.Question

Que devrais-je faire face aux représentations négatives du vieillissement dans les médias ?

Réponse: Au lieu de laisser les portraits négatifs du vieillissement vous affecter, choisissez consciemment de vous concentrer sur des aspects de la vie plus positifs. Cherchez de la positivité et de l'humour qui enrichissent votre moment présent, et rappelez-vous que le vieillissement peut apporter sagesse et opportunités pour de nouvelles aventures.

5.Question

Comment puis-je transformer ma sensibilité aux blagues des autres sur le vieillissement ?



Réponse:Reconnaissez votre sensibilité comme un signal de croissance personnelle. Déplacez votre attention sur ce qui vous fait du bien et apprenez à apprécier l'humour sans le prendre personnellement. Cela vous permet de maintenir votre paix intérieure et votre joie, peu importe les blagues des autres.

6.Question

Quelle attitude puis-je adopter pour me sentir plus positif sur ma vie à venir ?

Réponse:Adoptez l'état d'esprit que la vie est une aventure éternelle. Rappelez-vous que chaque moment peut être rempli d'émerveillement et de délices. En aspirant à des pensées qui procurent de meilleures sensations, vous pouvez améliorer votre plaisir de vivre, sans tenir compte des limitations que l'âge pourrait imposer.

7.Question

Comment devrais-je réagir aux sentiments d'envie envers les personnes plus jeunes ?

Réponse:Au lieu de ressentir de l'envie, faites le choix de



célébrer la vitalité qu'elles apportent et rappelez-vous que vos expériences et votre compréhension s'approfondissent avec l'âge. Concentrez-vous sur les avantages uniques que vous détenez et la joie que vous pouvez encore créer dans votre vie.

8.Question

Quelles étapes pratiques puis-je prendre pour favoriser une attitude plus positive envers mon âge ?

Réponse:Commencez par choisir consciemment des pensées qui vous procurent de meilleures sensations chaque jour, engagez-vous dans des activités qui vous apportent de la joie, entourez-vous d'influences positives, et pratiquez la gratitude pour toutes les expériences qui vous ont façonné.

9.Question

Comment puis-je détourner mon attention des regrets du passé ou des angoisses futures concernant le vieillissement ?

Réponse:Se concentrer sur le moment présent est crucial.

Trouvez du plaisir dans vos expériences actuelles et faites attention à ce qui vous apporte de la joie maintenant, plutôt



que de ressasser ce qui est passé ou ce qui est encore à venir.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger



Scanner pour télécharger



Pourquoi Bookey est une application incontournable pour les amateurs de livres



Contenu de 30min

Plus notre interprétation est profonde et claire, mieux vous saisissez chaque titre.



Format texte et audio

Absorbez des connaissances même dans un temps fragmenté.



Quiz

Vérifiez si vous avez maîtrisé ce que vous venez d'apprendre.



Et plus

Plusieurs voix & polices, Carte mentale, Citations, Clips d'idées...

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 34 | Exemple 23 -- Ma Fille Mente Constamment| Questions et réponses

1.Question

Pourquoi les enfants mentent-ils, surtout quand ils savent que leurs parents attachent de l'importance à l'honnêteté ?

Réponse:Les enfants mentent en réponse à des émotions négatives intenses en raison de l'influence des autres. Lorsqu'ils se sentent sous pression pour se conformer aux attentes extérieures, leur propre sens de soi peut se défaire, les conduisant à mentir comme moyen de faire face à la déconnexion de leur véritable essence.

2.Question

Comment les parents peuvent-ils répondre au mensonge de leur enfant pour favoriser une meilleure communication ?

Réponse:Les parents peuvent se concentrer sur l'amélioration de leurs sentiments envers leur enfant et s'efforcer d'établir une connexion qui inspire l'honnêteté. Cela inclut la



compréhension que les mensonges proviennent souvent d'un désir d'acceptation et que nourrir l'alignement avec leur propre Être intérieur pourrait encourager leur enfant à se reconnecter à la vérité.

3.Question

Quel rôle les interactions d'un parent jouent-elles dans l'honnêteté d'un enfant ?

Réponse:La manière dont les parents réagissent au comportement de leur enfant peut soit cultiver un environnement de confiance, soit créer une atmosphère de peur. Le renforcement positif pour l'honnêteté et une approche ouverte face aux comportements inappropriés peuvent encourager plutôt que décourager la communication honnête.

4.Question

Comment un parent peut-il changer de perspective pour aborder le mensonge de son enfant ?

Réponse:En reconnaissant que le mensonge est une manifestation de leur propre déconnexion avec la Source, les



parents peuvent changer leur attention de la punition du mensonge vers la compréhension de sa cause profonde dans la déconnexion. Cela leur permet de rechercher de meilleurs sentiments envers leur enfant et de favoriser une relation plus de confiance.

5.Question

Quel est le bénéfice à long terme d'apprendre aux enfants à se connecter à leur propre guidance ?

Réponse:Lorsque les parents modélisent une forte connexion avec leur propre guidance intérieure, ils non seulement inspirent leurs enfants à faire de même, mais créent un héritage de compréhension et d'intégrité à travers les générations, permettant finalement aux enfants d'avoir les outils pour naviguer dans la vie avec honnêteté et confiance.

6.Question

Comment l'alignement d'un parent avec son propre bien-être influence-t-il le comportement de son enfant ?

Réponse:Lorsque les parents sont alignés avec leur propre bien-être intérieur, ils rayonnent une énergie positive qui peut



inspirer leurs enfants à s'aligner également avec leur véritable moi. Cet alignement crée un environnement nourrissant où l'honnêteté s'épanouit et les mensonges diminuent.

7.Question

Sur quoi les parents devraient-ils se concentrer plutôt que d'essayer simplement d'arrêter les mensonges de leur enfant ?

Réponse:Les parents devraient se concentrer sur l'amélioration de la connexion de leur enfant à leur Source, comprenant que l'amélioration de la relation et de la communication entraînera naturellement une diminution des comportements malhonnêtes.

8.Question

Comment les parents peuvent-ils trouver la paix dans leur parcours parental concernant les mensonges de leur enfant ?

Réponse:En remplaçant l'inquiétude au sujet des mensonges par des préoccupations concernant les raisons qui les sous-tendent et en voyant le mensonge comme un appel à l'aide pour se reconnecter à leur essence, les parents peuvent



cultiver une approche plus optimiste et compréhensive de la parentalité.

Chapitre 35 | Exemple 24 -- Je Ne Cesse D'être Écarté Pour Des Promotions Au Travail| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je faire face au sentiment d'être négligé pour des promotions ?

Réponse: Au lieu de vous concentrer sur le sentiment de ne pas être apprécié, détournez consciemment vos pensées vers la gratitude pour ce que vous avez appris et le potentiel des opportunités futures.

Reconnaissez vos sentiments, mais commencez à viser des pensées plus positives sur votre situation et vos aspirations.

2.Question

Quel rôle joue ma vibration dans l'attraction des promotions ?

Réponse: Votre vibration reflète vos pensées et émotions ; lorsque vous vous sentez bien par rapport à vos capacités et



contributions, vous émettez une vibration positive qui attire des opportunités et des personnes similaires. À l'inverse, les émotions négatives peuvent bloquer ces opportunités.

3.Question

Si je ressens de la colère à propos de la promotion de quelqu'un d'autre, comment devrais-je réagir ?

Réponse: Au lieu de céder à la colère, utilisez cette émotion comme guide pour clarifier ce que vous désirez réellement dans votre carrière. Soyez reconnaissant pour la prise de conscience qui découle de ces sentiments, car cela montre que votre réserve vibratoire se renforce.

4.Question

Pourquoi des personnes moins méritantes semblent-elles obtenir des promotions plutôt que des individus plus qualifiés ?

Réponse: Selon la Loi de l'Attraction, chaque individu reçoit en fonction de la vibration qu'il émet. Si vous vous sentez sous-estimé et que vous vous concentrez là-dessus, vous continuez involontairement à attirer des situations qui correspondent à ces vibrations. Déplacez votre focus vers ce



que vous souhaitez attirer.

5.Question

Comment puis-je créer mes propres opportunités d'avancement ?

Réponse:Commencez par aligner vos pensées et vos émotions avec le succès et la gratitude. En vous sentant réussi et confiant dans vos capacités, vous attirerez des opportunités qui reflètent cet alignement, ce qui augmente vos chances de promotion.

6.Question

Que devrais-je faire lorsque mes efforts passent inaperçus ?

Réponse:Reconnaissez que vos actions et votre dévouement sont vus par l'Univers, même si ce n'est pas par votre employeur. Ayez confiance que votre valeur est en train de s'aligner pour des opportunités futures, et continuez à vous concentrer sur la création d'une vibration précieuse et positive.

7.Question

Comment puis-je transformer des sentiments de

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

déception en motivation ?

Réponse: Reformulez votre déception comme un catalyseur de croissance. Considérez la situation comme une occasion d'apprendre ce que vous pouvez améliorer et ressentez de l'excitation à l'idée de futures promotions qui vous conviendraient encore mieux.

8.Question

Que signifie tendre vers des pensées plus positives ?

Réponse: Tendre vers des pensées plus positives implique de rediriger consciemment votre attention des sentiments négatifs, comme la frustration ou la colère, vers des pensées plus positives ou constructives concernant vos capacités, votre potentiel et vos opportunités futures.

9.Question

Comment la pratique du sentiment de succès affecte-t-elle mes perspectives de carrière ?

Réponse: Lorsque vous pratiquez le sentiment de succès, vous vous alignez avec la vibration du succès, ce qui vous rend plus attirant pour des énergies similaires, y compris des



individus réussis et de nouvelles opportunités.

10.Question

Quelle devrait être mon état d'esprit après qu'une autre personne ait reçu une promotion que je convoitais ?

Réponse: Au lieu de le considérer comme une perte, changez votre état d'esprit en une curiosité et une gratitude.

Réfléchissez à ce que vous pouvez apprendre de la situation et reconnaissez qu'il pourrait y avoir des opportunités encore meilleures à venir pour vous.

Chapitre 36 | Exemple 25 -- Je n'ai pas le temps ni l'argent pour m'occuper de mes parents et je me sens coupable| Questions et réponses

1.Question

Que devrais-je faire lorsque je me sens coupable de ne pas pouvoir m'occuper de mes parents malades ?

Réponse: Au lieu de vous concentrer sur la culpabilité et l'inquiétude, trouvez des moyens d'améliorer votre état émotionnel. Reconnaissez vos émotions, puis recherchez des pensées qui apportent du soulagement, comme 'Je peux prendre mon



temps pour décider' ou 'Il existe des solutions qui attendent d'être découvertes.' Ce changement de vibration vous permettra de vous aligner davantage avec vos désirs pour vos parents, ce qui conduira à des solutions viables.

2.Question

Comment puis-je soutenir mes parents si je vis trop loin et que je manque de moyens ?

Réponse: Votre responsabilité principale est d'aligner votre énergie avec les intentions bienveillantes que vous avez pour vos parents. Bien que des solutions pratiques ne soient peut-être pas évidentes pour le moment, concentrez-vous sur le fait de vous sentir mieux émotionnellement. Cela ouvrira des voies pour que des solutions se révèlent naturellement avec le temps.

3.Question

Quel impact l'inquiétude a-t-elle sur la recherche de solutions pour nos proches ?

Réponse: L'inquiétude crée une vibration négative qui vous



coupe des solutions. Lorsque vous êtes dans un état de préoccupation, vous ne parvenez pas à voir les possibilités qui vous entourent. Changez votre attention vers des pensées qui atténuent l'inquiétude, car cela ouvrira votre esprit à recevoir des idées créatives et des solutions.

4.Question

Quelles étapes puis-je suivre pour soulager le stress de ma situation concernant mes parents ?

Réponse:Commencez par reformuler vos pensées. Au lieu de dire : 'Je suis tellement inquiet pour mes parents', essayez des pensées comme 'Je sais que de bonnes idées vont venir' ou 'J'ai le temps de comprendre cela.' En procédant ainsi, vous apaiserez vos émotions, ce qui vous préparera à percevoir les solutions qui existent.

5.Question

Est-il possible que d'autres vivent des expériences similaires, et comment cela aide-t-il ?

Réponse:Oui, beaucoup de gens rencontrent des situations similaires. Lorsque ces demandes collectives de solutions



surgissent, l'univers répond en fournissant des réponses viables. Reconnaître que vous n'êtes pas seul et que d'autres cherchent également les mêmes solutions peut vous aider à vous sentir partie d'une plus grande communauté, allégeant ainsi la pression sur vous.

6.Question

Pourquoi est-il important de trouver du soulagement avant d'agir ?

Réponse:Trouver du soulagement d'abord est crucial, car agir à partir d'un état d'inquiétude conduit souvent à de mauvaises décisions et à des résultats indésirables. En vous sentant bien, vous serez dans un meilleur état pour reconnaître les actions les plus appropriées à prendre au moment venu.

7.Question

Comment puis-je avoir confiance que de bonnes idées me viendront concernant les soins à mes parents ?

Réponse:Avoir confiance que de bonnes idées viendront est une question de changement de focalisation loin du problème immédiat. Rappeler des expériences antérieures où les



réponses semblaient évasives avant d'apparaître soudainement peut aider à renforcer cette croyance. Vous permettre de vous sentir mieux ouvre la porte à la créativité et à la clarté.

8.Question

Que faire si je me sens toujours submergé malgré mes efforts pour penser positivement ?

Réponse:C'est normal de se sentir submergé ; rappelez-vous simplement que c'est un état momentané. Laissez-vous sentir ces émotions, mais guidez-vous ensuite doucement vers des pensées de soulagement. C'est un exercice, et la régularité vous aidera à cultiver un meilleur état émotionnel avec le temps.

9.Question

Puis-je contribuer aux soins de mes parents sans être physiquement présent ?

Réponse:Absolument. Votre énergie et votre intention de vous occuper d'eux peuvent se manifester de nombreuses manières, même à distance. En alignant vos intentions de



manière positive, vous pourriez trouver des ressources ou des personnes inattendues qui peuvent aider dans leurs soins.

10.Question

Quel est l'objectif ultime face à des situations familiales difficiles ?

Réponse:L'objectif ultime est de trouver un soulagement émotionnel et de s'aligner sur vos désirs pour vos proches.

Lorsque vous êtes dans un meilleur espace émotionnel, non seulement vous vous sentez plus léger, mais vous devenez également réceptif aux solutions et au soutien qui sont à votre disposition.



Ad



Scanner pour télécharger



★★★★★
22k avis 5 étoiles

Retour Positif

Fabienne Moreau

ue résumé de livre ne testent
ion, mais rendent également
nusant et engageant.
té la lecture pour moi.

Fantastique!



Je suis émerveillé par la variété de livres et de langues
que Bookey supporte. Ce n'est pas juste une application,
c'est une porte d'accès au savoir mondial. De plus,
gagner des points pour la charité est un grand plus !

Giselle Dubois

Fi



Le
liv
co
pr

é Blanchet

de lecture
ception de
es,
ous.

J'adore !



Bookey m'offre le temps de parcourir les parties
importantes d'un livre. Cela me donne aussi une idée
suffisante pour savoir si je devrais acheter ou non la
version complète du livre ! C'est facile à utiliser !"

Isoline Mercier

Gain de temps !



Bookey est mon applicat
intellectuelle. Les résum
magnifiquement organis
monde de connaissance

Appli géniale !



adore les livres audio mais je n'ai pas toujours le temps
l'écouter le livre entier ! Bookey me permet d'obtenir
un résumé des points forts du livre qui m'intéresse !!!
Quel super concept !!! Hautement recommandé !

Joachim Lefevre

Appli magnifique



Cette application est une bouée de sauve
amateurs de livres avec des emplois du te
Les résumés sont précis, et les cartes me
renforcer ce que j'ai appris. Hautement re

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 37 | Exemple 26 -- Je perds ma vie coincé dans les embouteillages| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je changer mon expérience d'être coincé dans les embouteillages ?

Réponse: Au lieu de te concentrer sur l'inconfort des embouteillages, essaie de changer d'état d'esprit et profite de ce temps pour réfléchir. Considère-le comme une occasion de méditer sur des aspects importants de ta vie, d'observer ceux qui t'entourent ou même de savourer la réalisation que tu peux créer une histoire positive à partir de ce moment.

2.Question

Quelle est la relation entre mes émotions et mes circonstances ?

Réponse: Tes émotions détiennent la clé pour améliorer tes circonstances. Si tu continues à te concentrer sur ce qui ne va pas ou sur l'inconfort, tu perpétueras ces conditions. Cependant, lorsque tu choisis consciemment de te sentir mieux dans ta situation, tu commences à inviter des



changements positifs dans ta vie.

3.Question

Que signifie faire la paix avec ma situation actuelle ?

Réponse:Faire la paix avec là où tu es ne signifie pas l'accepter comme permanent. Cela signifie lâcher prise sur la résistance et les émotions négatives, ouvrant ainsi la porte à de nouvelles opportunités et à de meilleures circonstances qui entreront dans ta vie.

4.Question

Comment la Loi de l'Attraction fonctionne-t-elle dans ma vie quotidienne ?

Réponse:La Loi de l'Attraction stipule que le semblable attire le semblable. Si tu te concentres sur des pensées et des émotions positives, tu attireras des circonstances qui correspondent à ces vibrations, comme un meilleur trafic ou de meilleures opportunités professionnelles.

5.Question

Pourquoi est-il important de se sentir bien maintenant plutôt que d'attendre de meilleures circonstances ?

Réponse:Se sentir bien maintenant attire davantage de



positivité dans ta vie. Améliorer ce que tu ressens change ta fréquence vibratoire, ce qui t'aligne avec de meilleures expériences et résultats à l'avenir.

6.Question

Comment puis-je reformuler mes pensées en étant coincé dans les embouteillages ?

Réponse: Au lieu de te plaindre, essaie de trouver de la joie dans l'instant. Pense à des idées intéressantes, apprécie la diversité des personnes autour de toi ou imagine-toi rayonnant d'énergie positive comme partie de l'expérience collective de la route.

7.Question

Que se passe-t-il lorsque je me plains constamment de ma situation ?

Réponse: Se plaindre te maintient concentré sur le négatif, ce qui ne fait que renforcer tes conditions indésirables actuelles. Cela t'empêche de trouver un meilleur état d'esprit et attire donc davantage de négativité dans ton expérience.

8.Question

Quelle est une méthode efficace pour atteindre des



pensées plus positives ?

Réponse:Commence par reconnaître comment tu te sens, puis choisis délibérément de te concentrer sur des aspects positifs, peut-être en réfléchissant à des pensées simultanées qui t'élèvent, telles que la beauté de ton environnement ou le potentiel de pensée créative.

9.Question

Mon bonheur peut-il dépendre de conditions externes ?

Réponse:Non, ton bonheur doit être cultivé de l'intérieur.

Attendre que les conditions externes changent pour te sentir heureux peut entraîner une déception perpétuelle, mais choisir d'être heureux indépendamment de ton environnement attirera des conditions plus favorables.

Chapitre 38 | Exemple 27 -- Maintenant que je sais ce qu'est la Loi de l'Attraction, mes pensées m'inquiètent| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je gérer mes pensées après avoir appris la loi de l'attraction ?

Réponse:Comprendre que votre conscience de vos



pensées est un pas positif. Au lieu de craindre les pensées négatives, reconnaissez-les comme des signes d'une résistance à vos désirs. Pratiquez à rediriger vos pensées vers quelque chose qui vous fait sentir mieux, ce qui peut vous aider à vous aligner avec votre Être Intérieur.

2.Question

Que signifie la peur dans le contexte de la loi de l'attraction ?

Réponse:La peur indique que vos pensées actuelles sont en contraste avec celles que votre Être Intérieur détient. C'est un signal de votre système de guidance que vous vous concentrez en amont plutôt qu'en aval, où se trouvent vos désirs.

3.Question

Comment les expériences négatives émergent-elles dans la vie ?

Réponse:Les expériences négatives sont souvent le résultat d'une attention portée à un événement indésirable initial.



Cette focalisation peut déclencher une réaction en chaîne où davantage d'occurrences négatives se manifestent en raison de l'attention continue sur la peur ou la résistance.

4.Question

Est-il possible que les enfants attirent des expériences négatives ?

Réponse:Oui, même les jeunes enfants émettent des vibrations en fonction de leur environnement et de leurs expériences, auxquelles la loi de l'attraction répond. Leurs sensations et émotions, même si elles ne sont pas verbalisées, influencent leur expérience de vie.

5.Question

Quelles étapes puis-je suivre pour évoluer vers une pensée positive ?

Réponse:Commencez par reconnaître où vous en êtes émotionnellement. Identifiez que même si vous pouvez avoir des pensées désagréables, vous pouvez également reconnaître des réflexions positives dans votre vie et choisir délibérément de vous orienter vers ces pensées plus encourageantes.



6.Question

Sur quoi devrais-je me concentrer pour voir un changement dans ma vie ?

Réponse: Au lieu de vous fixer sur le changement des conditions extérieures, concentrez-vous sur l'amélioration de ce que vous ressentez. Une amélioration constante de vos émotions est souvent un précurseur des changements extérieurs.

7.Question

Que signifie s'orienter dans une direction positive ?

Réponse: S'orienter dans une direction positive signifie choisir consciemment des pensées et des sentiments qui vous font sentir mieux, même si toutes les pensées ne sont pas entièrement positives. Cette pratique encourage l'habitude de diriger votre énergie vers des choses qui élèvent et s'alignent avec vos désirs.

8.Question

Puis-je encore avoir des pensées négatives et créer positivement ?

Réponse: Vous pouvez avoir une gamme de pensées, mais il



est essentiel de reconnaître que votre pouvoir réside dans le fait de pencher davantage vers des pensées positives. Cela vous permet de modifier votre trajectoire vers l'attraction d'expériences plus positives.

9.Question

Comment savoir si mes pensées deviennent plus positives ?

Réponse: Vous remarquerez ce changement lorsque vous commencerez à vous sentir mieux plus régulièrement par rapport à votre situation, et lorsque vous verrez des signes d'amélioration dans votre vie qui s'alignent avec ces sentiments positifs.

10.Question

Quelle est l'importance de mon système de guidance émotionnelle ?

Réponse: Votre système de guidance émotionnelle vous aide à discerner si vous êtes aligné avec vos désirs ou si vous leur résistez. En prêtant attention à ce que vous ressentez, vous pouvez naviguer vers des pensées qui vous conduiront vers



un plus grand bien-être.

Chapitre 39 | Exemple 28 -- Mon mari est très malade| Questions et réponses

1.Question

Sur quoi devrais-je me concentrer lorsque mon proche est gravement malade ?

Réponse:Au lieu d'essayer de changer la situation de votre proche, concentrez-vous sur la recherche de votre propre équilibre émotionnel. En améliorant vos propres sentiments et votre clarté, vous aurez une influence plus forte sur leur état.

2.Question

Comment l'alignement émotionnel impacte-t-il la guérison ?

Réponse:La guérison est profondément liée à l'alignement vibratoire. Si vous trouvez votre propre équilibre, votre énergie positive peut influencer les vibrations de votre proche, les guidant potentiellement vers le bien-être.

3.Question

Quelle est la relation entre la maladie et le déséquilibre

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

vibratoire ?

Réponse: La maladie provient d'un déséquilibre vibratoire, souvent causé par des pensées négatives et une résistance au véritable bien-être. La guérison nécessite de réaligner ces pensées et ces énergies.

4.Question

Pourquoi est-il important de se sentir bien, indépendamment de l'état de santé de mon mari ?

Réponse: Votre état émotionnel ne devrait pas dépendre de la guérison d'autrui. Trouver du réconfort et maintenir votre joie est crucial, car cela vous positionne pour influencer positivement votre mari.

5.Question

Comment puis-je trouver des pensées apaisantes dans des situations difficiles ?

Réponse: Commencez par reconnaître où vous en êtes émotionnellement, et déplacez progressivement votre attention vers des pensées qui vous apportent du réconfort : cela peut inclure l'acceptation de la continuité de la vie



au-delà de l'existence physique.

6.Question

Quelle est l'importance du travail vibratoire personnel dans le contexte de la maladie ?

Réponse:Faire le travail vibratoire personnel est essentiel car cela renforce votre capacité à influencer positivement les autres. Il ne s'agit pas de réparer la situation, mais de s'aligner avec le bien-être pour améliorer l'énergie collective.

7.Question

Comment aborder l'idée de la mort et la détresse émotionnelle ?

Réponse:Reformulez vos pensées autour de la mort comme une partie naturelle de l'existence et concentrez-vous sur la nature éternelle des relations. Cette perspective apporte du réconfort et permet un soulagement émotionnel.

8.Question

Que signifie avoir un 'escrow vibratoire' ?

Réponse:L'escrow vibratoire fait référence à l'énergie positive et aux désirs que vous avez mis de côté pendant les périodes de lutte. Plus vous résistez à vos sentiments



négatifs, plus l'attraction vers le bien-être peut devenir forte.

9.Question

Quel rôle l'espoir joue-t-il dans la guérison ?

Réponse:L'espoir est significatif car il alimente le désir de bien-être. Se concentrer sur l'espoir sans attachement aux résultats fournit le levier émotionnel nécessaire pour faciliter la guérison.

10.Question

Face à l'impuissance face à la maladie d'un proche, quelle action doit être entreprise ?

Réponse:Au lieu de prendre des mesures pour réparer la maladie, redirigez votre attention vers l'amélioration de votre propre état émotionnel. Cela peut inclure le fait de revisiter de meilleurs souvenirs ou d'affirmer des pensées positives.





Lire, Partager, Autonomiser

Terminez votre défi de lecture, faites don de livres aux enfants africains.

Le Concept



Cette activité de don de livres se déroule en partenariat avec Books For Africa. Nous lançons ce projet car nous partageons la même conviction que BFA : Pour de nombreux enfants en Afrique, le don de livres est véritablement un don d'espoir.

La Règle



Gagnez 100 points



Échangez un livre



Faites un don à l'Afrique

Votre apprentissage ne vous apporte pas seulement des connaissances mais vous permet également de gagner des points pour des causes caritatives ! Pour chaque 100 points gagnés, un livre sera donné à l'Afrique.

Essai gratuit avec Bookey



Chapitre 40 | Exemple 29. Mon Amoureux m'a Quitté| Questions et réponses

1.Question

Pourquoi mon petit ami est-il parti alors que je me concentrais sur les aspects positifs de notre relation ?

Réponse: Votre petit ami est parti parce qu'il n'était pas en phase avec l'escompte vibratoire d'une relation magnifique que vous avez créée à travers vos expériences. Même lorsque vous vous sentiez bien et vous concentriez sur le positif, ce départ indique qu'il n'était tout simplement pas en accord avec l'avenir vers lequel vous êtes appelée.

2.Question

Qu'est-ce que l'escompte vibratoire et comment cela se rapporte-t-il à mes futures relations ?

Réponse: L'escompte vibratoire est un concept où toutes les vibrations positives que vous avez créées à travers vos expériences s'accumulent dans un 'compte d'attente'. Cela signifie que chaque expérience négative à laquelle vous faites face vous aide à clarifier ce que vous désirez vraiment,



contribuant ainsi à une relation plus magnifique qui vous attend alors que vous alignez vos pensées et vos sentiments positivement.

3.Question

Que devrais-je faire en ce moment de chagrin ?

Réponse:En ce moment, votre intention dominante devrait être de trouver des pensées qui vous font du bien.

Reconnaissez que la douleur est valide mais ne la laissez pas obscurcir votre vision. Changez votre attention en reconnaissant que cette situation clarifie ce que vous désirez vraiment chez un partenaire, vous permettant ainsi de vous diriger vers la relation que vous avez imaginée.

4.Question

Comment puis-je éviter d'attirer un partenaire qui incarne mes sentiments d'abandon ?

Réponse:Pour éviter d'attirer un partenaire qui reflète des sentiments d'abandon, vous devez d'abord vous aligner avec votre escompte vibratoire. Concentrez-vous sur la cultivation des sentiments d'amour, de sécurité et d'être admiré en



vous-même. À mesure que vous élevez votre vibration, vous attirerez des partenaires qui résonnent avec ces états positifs.

5.Question

Quel peut être le résultat positif de la fin de ma relation ?

Réponse:La fin de votre relation peut servir de puissant catalyseur pour la croissance, vous aidant à clarifier vos désirs concernant l'amour, la compagnie, et le type de partenaire que vous recherchez vraiment. Avec le temps, vous pouvez ressentir de la gratitude pour les leçons apprises et la conscience de soi renforcée qui a émergé de cette expérience.

6.Question

Comment puis-je commencer à me sentir mieux après la rupture ?

Réponse:Commencez par identifier et rechercher des pensées qui apportent même un léger sentiment de soulagement. Cela inclut souvent le contraste entre vos sentiments actuels et des affirmations valorisantes telles que 'Je mérite mieux' ou 'Cette situation m'a aidé à clarifier ce que je veux vraiment.'



La clé est de passer progressivement à des pensées qui vous font vous sentir mieux.

7.Question

Que devrais-je retenir de ma relation avec mon ex-partenaire au fil du temps ?

Réponse:Avec le temps, il est bénéfique de se souvenir de votre ex-partenaire comme de quelqu'un qui a contribué à votre croissance personnelle. Vous trouverez probablement de la joie à vous rappeler comment son départ vous a poussé vers une compréhension plus claire de votre relation idéale, vous menant possiblement à un partenaire mieux en phase avec vos véritables désirs.

8.Question

Quel est le lien entre mes émotions et la Loi de l'Attraction (LOA) ?

Réponse:La Loi de l'Attraction stipule que votre vibration actuelle et vos émotions attirent des circonstances similaires. Donc, si vous vous concentrez sur des sentiments positifs et vous alignez avec vos désirs, vous attirerez des expériences



qui correspondent à cette vibration, vous permettant de créer la réalité que vous souhaitez vraiment.

9.Question

Comment devrais-je voir les émotions difficiles qui surgissent après une rupture ?

Réponse:Les émotions difficiles font partie de votre processus de guérison et peuvent être des indicateurs précieux de ce dont vous avez besoin et ce que vous désirez. Plutôt que de les réprimer, reconnaissez-les et comprenez-les : cette prise de conscience vous aidera à vous orienter vers les changements positifs que vous souhaitez apporter dans votre vie à l'avenir.

10.Question

Puis-je accélérer le processus de guérison de ce chagrin ?

Réponse:Bien que vous ne puissiez pas précipiter le processus, vous pouvez influencer sa direction en choisissant constamment des pensées qui vous font du bien et en vous concentrant sur ce que vous désirez, plutôt que sur ce que vous avez perdu. S'engager dans des activités qui élèvent



votre esprit ou donner la priorité aux soins personnels peut aider à faciliter votre transition émotionnelle de manière plus fluide.

Chapitre 41 | Exemple 30 -- Mon Animal de Compagnie est Malade| Questions et réponses

1.Question

Que révèle la maladie de mon animal sur mon état émotionnel ?

Réponse:La maladie persistante de votre animal peut refléter vos propres émotions négatives ou un déséquilibre avec une énergie positive. Les animaux sont sensibles aux vibrations de leur environnement, et si vous ressentez du stress, de l'anxiété ou des émotions négatives, ils peuvent exprimer ce déséquilibre par des problèmes de santé. Cette connexion souligne l'importance de veiller à votre propre bien-être émotionnel.

2.Question

Comment puis-je soutenir la santé de mon animal tout en gérant mes émotions ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Réponse:Commencez par changer votre perspective sur l'état de votre animal. Au lieu de vous concentrer sur le coût des frais vétérinaires ou sur la souffrance de votre chien, recherchez de petits signes d'amélioration et célébrez-les. Parlez à votre animal avec optimisme, visualisez sa guérison et laissez de côté vos inquiétudes. Cela profite non seulement à votre état émotionnel, mais peut aussi aider à la guérison de votre animal.

3.Question

Que puis-je apprendre du comportement de mon animal lorsqu'il est malade ?

Réponse:Votre animal, même lorsqu'il ne se sent pas bien, peut montrer des signes de résilience et d'attitude positive. Il peut vous enseigner l'amour inconditionnel et la capacité à laisser aller les émotions négatives. Observez comment il reste présent et libre de soucis ; utilisez cette introspection pour inspirer votre propre état d'esprit et cultiver un sentiment de paix malgré les défis.

4.Question

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Pourquoi mon incapacité à laisser aller la négativité affecte-t-elle mon animal ?

Réponse: Vos émotions négatives persistantes créent un déséquilibre vibratoire que votre animal perçoit. Les animaux sont en phase avec les fréquences émotionnelles qui les entourent, donc si vous vous accrochez au stress, votre animal peut ressentir cette énergie, ce qui peut se manifester par un inconfort physique ou une maladie. Libérer cette négativité peut améliorer votre santé émotionnelle ainsi que le bien-être de votre animal.

5.Question

Comment devrais-je gérer mes sentiments d'impuissance concernant la santé de mon animal ?

Réponse: Reconnaître que se sentir impuissant est une réaction courante, mais il est essentiel de ne pas y céder. Au lieu de cela, concentrez-vous sur la réalisation de petites étapes valorisantes qui favorisent la positivité. Reconnaissez vos sentiments, mais ensuite, orientez-vous vers la gratitude, l'amour et le soutien pour votre animal, renforçant ainsi un



lien partagé qui transcende son inconfort physique.

6.Question

Que dois-je retenir sur la nature de la vie et de la guérison tout en prenant soin de mon animal ?

Réponse:Il est important de se rappeler que la vie ne se limite pas à l'existence physique. Il n'y a pas de mort, seulement des transitions. Votre animal incarne cette vérité ; il vit la vie joyeusement et vous aide dans votre cheminement d'apprentissage émotionnel. Adoptez la perspective de la vie éternelle, et cette compréhension peut aider à soulager vos préoccupations concernant sa santé.

7.Question

De quelles manières mon animal peut-il être un enseignant pour moi ?

Réponse:Votre animal est un enseignant puissant en démontrant les principes de l'amour inconditionnel, de la résilience et de vivre l'instant présent. Il vous rappelle de vous concentrer sur ce qui apporte de la joie plutôt que sur ce qui cause de la douleur. Sa présence peut vous guider à vous



aligner avec une énergie positive et vous encourager à prendre la responsabilité de votre propre état émotionnel.

8.Question

Comment puis-je transformer mes inquiétudes concernant mon animal en une narration plus valorisante ?

Réponse: Au lieu de vous laisser emporter par l'inquiétude concernant la santé de votre animal, transformez votre narration en choisissant délibérément des pensées qui vous élèvent. Engagez-vous à chercher des améliorations, à affirmer la vitalité de votre animal et à exprimer de la gratitude pour le temps que vous partagez ensemble. Ce changement de mentalité vous donne le pouvoir d'être une source d'énergie positive tant pour vous-même que pour votre animal.

Chapitre 42 | Exemple 31 -- Je n'ai jamais assez d'argent| Questions et réponses

1.Question

Comment puis-je changer d'état d'esprit lorsque je me sens accablé par le stress financier ?

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

Réponse: Pour changer d'état d'esprit lorsque vous vous sentez accablé, commencez par reconnaître vos sentiments et pensées actuels concernant l'argent. Au lieu de vous concentrer sur ce qui manque, essayez de viser des pensées plus positives. Par exemple, réfléchissez à vos réussites et reconnaissez les améliorations dans votre vie, comme la valeur de votre maison ou les décisions positives que vous avez prises. Réorientez vos pensées vers l'espoir en considérant des affirmations telles que 'Je vais trouver une solution' et 'Il y a des opportunités devant nous.' En vous concentrant sur ces aspects positifs et en vous permettant de vous sentir mieux, vous créez un équilibre vibratoire qui attire le soulagement financier.

2.Question

Quel rôle jouent mes émotions dans l'attraction de l'abondance financière ?

Réponse: Vos émotions sont la force motrice de la Loi de



l'Attraction. Lorsque vous ressentez des émotions négatives à propos de l'argent, vous créez involontairement une résistance qui bloque l'abondance financière. Il est crucial de reconnaître qu'aucun effort ne peut compenser un état émotionnel désaligné. En cultivant des sentiments positifs et en alignant votre énergie vibratoire pour être plus ouvert à la réception, vous permettez au flux d'abondance d'entrer dans votre vie.

3.Question

Mes pensées sur l'argent peuvent-elles influencer ma réalité financière ?

Réponse:Absolument ! Vos pensées sont de puissants indicateurs de votre état vibratoire. Si vous vous concentrez sur le manque et la frustration, vous continuerez à éprouver ces conditions. Cependant, en changeant vos pensées pour des pensées plus autonomisantes et positives - comme reconnaître l'abondance que vous avez - vous pouvez changer votre réalité financière. Ce n'est pas tant une question d'argent, mais de l'énergie et des pensées qui l'entourent.



4.Question

Pourquoi est-il important de se sentir bien même lorsque les finances sont serrées ?

Réponse:Se sentir bien même au milieu de défis financiers est essentiel car cela vous permet de vous aligner avec l'énergie de l'abondance. Lorsque vous maintenez un état émotionnel positif, vous ouvrez des voies vers des solutions et des opportunités qui ont peut-être été cachées auparavant par vos émotions négatives. Il s'agit de changer votre focus pour améliorer votre état vibratoire global, ce qui permet à la Loi de l'Attraction de vous apporter davantage de résultats positifs.

5.Question

Que devrais-je faire si je me compare constamment à la situation financière des autres ?

Réponse:Se comparer constamment à la situation financière des autres peut entraîner une insatisfaction chronique et un déséquilibre. Au lieu de cela, concentrez-vous sur votre parcours personnel et reconnaissez vos progrès. Essayez de



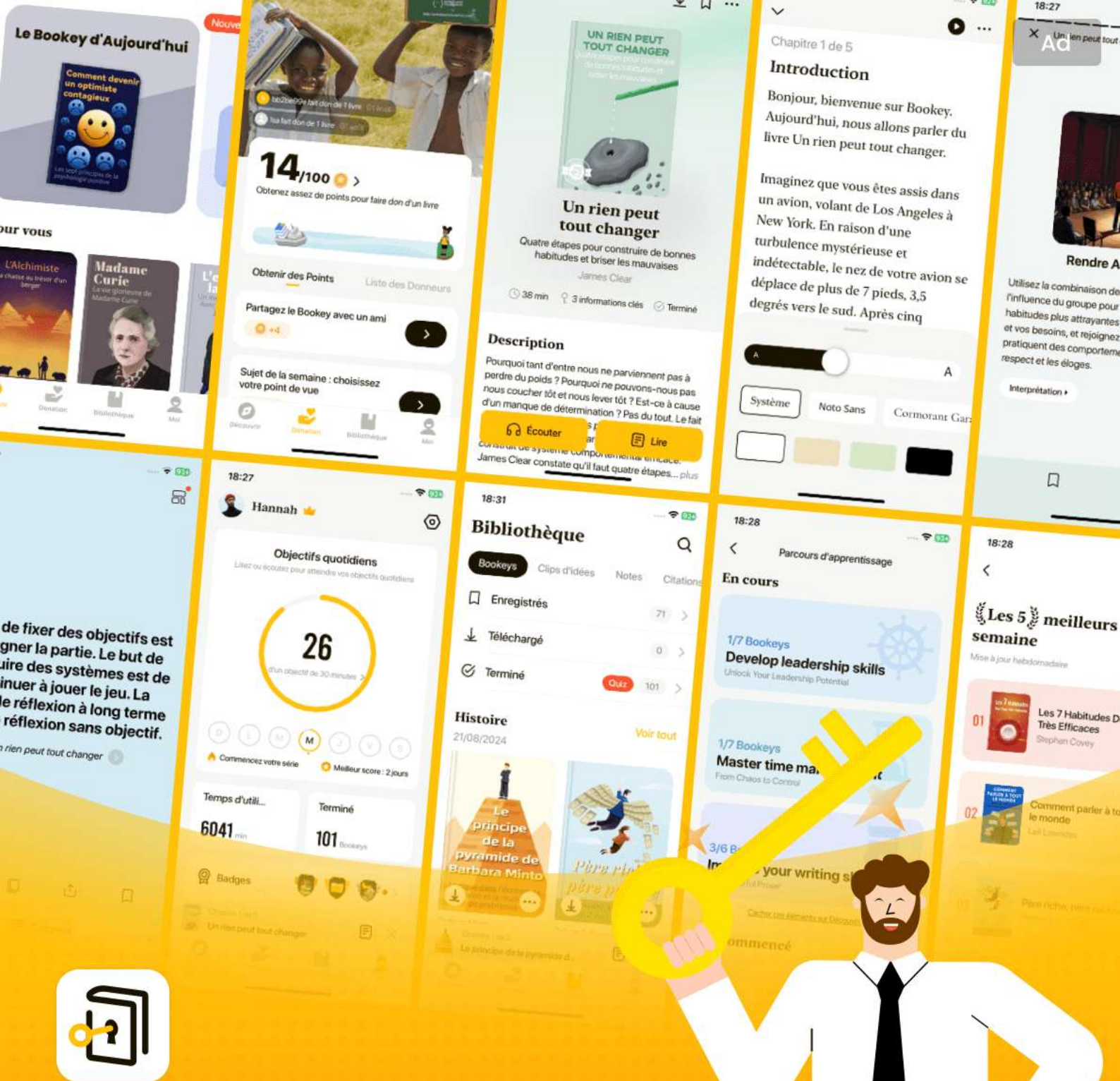
comparer vos pensées et sentiments financiers précédents à vos pensées actuelles pour évaluer le chemin parcouru. Cette perspective intérieure peut favoriser la gratitude et changer votre état d'esprit vers l'abondance plutôt que le manque.

6.Question

Comment puis-je créer une habitude d'attirer l'abondance dans ma vie ?

Réponse: Créez une intention quotidienne de vous concentrer sur le fait de vous sentir bien. Incluez des pratiques telles que le journal de gratitude, les affirmations positives et la visualisation de votre situation financière désirée. En cultivant constamment des états émotionnels positifs et en redirigeant toute pensée négative vers des pensées autonomisantes, vous établissez une habitude d'attirer l'abondance naturellement. Embrassez le parcours et appréciez le processus d'expansion financière.





Les meilleures idées du monde débloquent votre potentiel

Essai gratuit avec Bookey



Scanner pour télécharger



Chapitre 43 | Exemple 32 -- Mon Chien est Mort et je Ressens du Deuil| Questions et réponses

1.Question

Quelle est la raison sous-jacente du chagrin après la perte d'un animal de compagnie, selon le texte ?

Réponse:La douleur de perdre un animal de compagnie va au-delà de son absence physique ; elle est enracinée dans la profonde connexion à l'énergie positive pure que représentait l'animal. L'animal a inspiré une connexion à l'énergie de sa propre source, et les sentiments de tristesse proviennent du manque de cette harmonie.

2.Question

Comment peut-on commencer à changer son état d'esprit du chagrin vers un sentiment de soulagement ?

Réponse:Pour passer du chagrin au soulagement, on peut se concentrer sur les souvenirs positifs de son animal, tels que la joie et l'amour partagés pendant leur temps ensemble, et chercher activement des pensées qui apportent un sentiment d'élévation, en s'orientant progressivement vers une pensée



plus positive.

3.Question

Que doit-on considérer avant de prendre un autre animal après la perte d'un chien ?

Réponse:Il est important de s'assurer que le désir d'avoir un autre chien provient d'un endroit d'alignement avec son être intérieur, plutôt que comme un moyen de combler le vide laissé par le précédent animal. On doit réfléchir à sa préparation et à son enthousiasme pour accueillir un nouvel animal dans sa vie.

4.Question

Quel type de pensées doit-on éviter lorsqu'on fait face à la perte d'un animal ?

Réponse:Les pensées de profonde tristesse, l'accent sur l'absence de l'animal et les comparaisons avec d'autres pertes, comme celle d'un membre de la famille, doivent être évitées. Au lieu de cela, on devrait se concentrer sur des souvenirs enrichissants et les sentiments positifs que l'animal a apportés dans sa vie.



5.Question

Comment se souvenir des moments agréables avec un animal peut-il aider dans le processus de guérison ?

Réponse:Se remémorer des expériences joyeuses avec l'animal, comme son comportement joyeux et ses moments de jeu, peut aider à déplacer le focus loin du chagrin et à restaurer l'harmonie avec l'énergie positive, rendant plus facile le fait de se sentir mieux malgré la perte.

6.Question

Quelle est l'importance de se permettre de ressentir de bons souvenirs de son animal ?

Réponse:Se concentrer sur de bons souvenirs permet aux individus de se reconnecter à leurs sentiments de joie et d'amour, les aidant à réaliser que même si l'animal est parti, l'énergie positive et l'amour partagés peuvent encore être accessibles, favorisant la guérison du chagrin.

7.Question

Comment quelqu'un peut-il progresser dans son processus de guérison après la perte d'un chien ?

Réponse:On peut progresser en choisissant consciemment



des pensées qui se sentent un peu mieux au fil du temps, comme reconnaître les moments où l'on se sent moins triste, se souvenir des bons moments et développer progressivement un sentiment de gratitude d'avoir eu cet animal dans sa vie.

8.Question

Quelle approche doit-on adopter envers son chagrin et l'idée de prendre un autre animal ?

Réponse:On doit aborder son chagrin en douceur en se permettant de guérir à son propre rythme tout en considérant la possibilité d'avoir un autre animal comme un choix distinct qui s'aligne avec sa préparation émotionnelle et son désir de compagnie.

Chapitre 44 | Exemple 33 -- Notre fils est gay| Questions et réponses

1.Question

Quelle est l'importance d'accepter l'individualité de nos enfants ?

Réponse:Accepter l'individualité de nos enfants est crucial car cela leur permet d'être eux-mêmes, libérés de la pression de se conformer à nos



croyances. Cela favorise un environnement aimant et solidaire où ils peuvent s'épanouir. Reconnaître qu'ils ne sont pas là pour répondre à nos attentes mais pour explorer leur propre chemin de vie favorise l'amour inconditionnel et renforce les liens familiaux.

2.Question

Comment les parents devraient-ils réagir face à l'orientation sexuelle différente de leur enfant ?

Réponse:Les parents devraient aborder l'orientation sexuelle de leur enfant avec ouverture, compréhension et amour. Au lieu de réagir avec colère ou déception, ils devraient se concentrer sur le maintien d'une relation aimante, reconnaissant le défi unique auquel leur enfant est confronté. Il est important d'embrasser le cadeau de la diversité et les leçons qu'elle apporte en matière d'acceptation et d'amour.

3.Question

Qu'est-ce que l'amour inconditionnel et comment les parents peuvent-ils le pratiquer ?



Réponse: L'amour inconditionnel implique d'aimer quelqu'un sans condition ni attente de changement. Les parents peuvent le pratiquer en accueillant leurs enfants tels qu'ils sont, sans chercher à contrôler ou à changer leurs circonstances ou identités. Cela signifie se concentrer sur des émotions et des pensées positives qui résonnent avec leur Être intérieur, indépendamment des conditions extérieures.

4.Question

Quel est le rôle des perspectives individuelles dans la dynamique familiale ?

Réponse: Les perspectives individuelles enrichissent la dynamique familiale en apportant une diversité de pensée et d'expérience. Le point de vue unique de chaque membre de la famille contribue à une compréhension plus large de la vie. Accueillir ces différences peut conduire à une croissance, à des relations plus solides et à une profonde appréciation les uns pour les autres.

5.Question

Comment les parents peuvent-ils trouver la paix au milieu des émotions conflictuelles concernant l'identité de



leur enfant ?

Réponse: Les parents peuvent trouver la paix en déplaçant leurs pensées de la négativité vers une perspective plus positive. Reconnaître leur inconfort, tout en choisissant de se concentrer sur l'amour, la croissance et la compréhension plutôt que sur la colère et le blâme, peut les aider à s'aligner avec leur Être intérieur et à maintenir une relation saine avec leur enfant.

6.Question

Que devraient se rappeler les parents concernant les parcours de leurs enfants ?

Réponse: Les parents devraient se rappeler que les parcours de leurs enfants leur appartiennent—chaque enfant a des désirs et des projets distincts formés même avant la naissance. Chaque expérience contribue à leur croissance, et il est essentiel que les parents soutiennent et célèbrent ces différences plutôt que de leur résister.

7.Question

Comment un parent peut-il aborder un conjoint qui a du



mal à accepter l'identité de leur enfant ?

Réponse: Un parent peut aborder un conjoint en difficulté avec empathie, en encourageant un dialogue ouvert sur leurs sentiments. Au lieu d'essayer de changer l'état d'esprit de leur conjoint, il est important d'exprimer de la compréhension et de se concentrer sur des objectifs communs : amour, connexion et finalement, acceptation. Promouvoir la patience et une adaptation progressive peut également aider.

8.Question

Que peuvent gagner les familles des situations qui remettent en question leurs normes ?

Réponse: Les familles peuvent tirer force, résilience et des liens plus profonds des situations difficiles. Cela les oblige à aborder leurs préjugés, favorise la croissance dans la compréhension de la diversité, et aboutit souvent à un environnement plus aimant et accueillant, alors que les membres apprennent à valoriser l'amour inconditionnel sur des croyances rigides.





Scanner pour télécharger

Essayez l'appli Bookey pour lire plus de 1000 résumés des meilleurs livres du monde

Débloquez **1000+** titres, **80+** sujets

Nouveaux titres ajoutés chaque semaine

- Brand
- Leadership & collaboration
- Gestion du temps
- Relations & communication
- Know
- Stratégie d'entreprise
- Créativité
- Mémoires
- Argent & investissements
- Positive Psychology
- Entrepreneuriat
- Histoire du monde
- Communication parent-enfant
- Soins Personnels

Aperçus des meilleurs livres du monde



Essai gratuit avec Bookey



Le fabuleux pouvoir des émotions Quiz et test

Vérifier la réponse correcte sur le site de Bookey

Chapitre 1 | Abraham Nous Accueille Tous Sur la Terre| Quiz et test

- 1.La naissance est le début du soi selon les auteurs.
- 2.L'excitation de la vie sur Terre est soulignée comme un aspect positif de l'existence humaine.
- 3.Les auteurs pensent que les individus n'ont pas de ressources intrinsèques pour s'épanouir dans leur environnement.

Chapitre 2 | Se souvenir de la vue d'ensemble| Quiz et test

- 1.L'existence physique des humains est considérée comme une extension de leur existence non-physique.
- 2.Pour s'aligner avec un Dieu non-physique, les humains doivent atteindre un état de perfection selon le chapitre.
- 3.Les auteurs préfèrent le terme 'Source' à 'Dieu' pour décrire

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

l'énergie non-physique afin d'éviter les idées préconçues.

Chapitre 3 | -- L'univers continue d'expanser à travers vous| Quiz et test

1. Vous n'êtes qu'un être physique, et non une énergie source non physique.
2. Confronter ce que vous ne voulez pas dans la vie ne contribue pas à l'expansion de l'Univers.
3. La pensée vient en premier, avant la manifestation ; tout ce qui vous entoure commence par une pensée.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

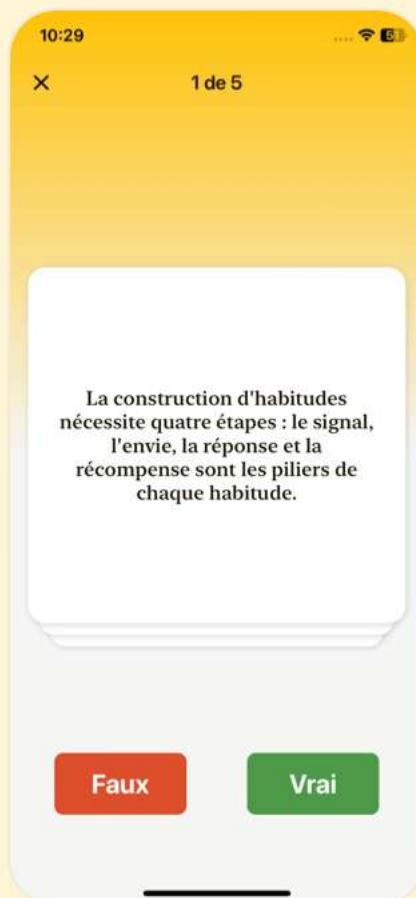


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 4 | -- Vous êtes un être vibratoire| Quiz et test

1. Vous percevez votre environnement à travers vos sens physiques, qui interprètent les vibrations naturellement sans effort conscient.
2. Chacun possède un sixième sens des émotions qui nécessite un entraînement pour être compris et exprimé.
3. Vous existez à l'origine en tant que conscience physique qui se projette dans un corps non physique.

Chapitre 5 | -- Vos Émotions Sont des Indicateurs Absolus| Quiz et test

1. Réaliser que nous manquons de quelque chose, comme de l'argent ou de la santé, ne donne pas lieu à de nouveaux désirs.
2. Aligner nos pensées avec nos actions est plus important que de simplement agir immédiatement envers nos désirs.
3. Nos émotions ne servent pas d'indicateurs de notre alignement vibratoire avec notre Moi Source.

Chapitre 6 | -- L'alignement vibratoire ressemble à un soulagement| Quiz et test



1. L'alignement vibratoire repose uniquement sur l'harmonisation des vibrations en soi.
2. S'impliquer avec les autres pour résoudre leurs problèmes est la meilleure façon de maintenir son bonheur personnel et sa clarté.
3. Se laisser porter par le flux de la vie signifie résister au courant pour atteindre les résultats souhaités.



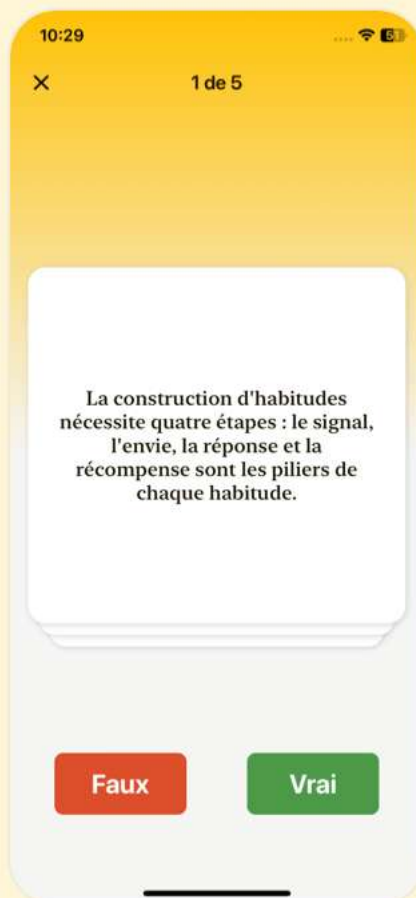


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 7 | -- Le fossé vibratoire entre vous et vous|

Quiz et test

1. Les émotions positives indiquent un alignement avec votre moi élargi, tandis que les émotions négatives signifient une résistance à cet alignement.
2. Les sentiments de honte ou d'embarras indiquent un alignement avec votre moi plus vaste.
3. Tout dans votre environnement physique a d'abord été une pensée vibratoire et vos désirs coulent en aval vers la manifestation.

Chapitre 8 | -- Votre vie coule dans un cycle naturel|

Quiz et test

1. Résister au cours naturel de la vie est comparable à ramer à contre-courant dans une rivière.
2. Tout ce que vous désirez se trouve en amont, nécessitant un travail acharné et des efforts pour y parvenir.
3. Lâcher prise sur le contrôle aide à atteindre ses désirs plus efficacement qu'une approche strictement axée sur l'action.



Chapitre 9 | -- La Loi de l'Attraction Ne Nécessite Aucun Entraînement| Quiz et test

1. La loi de l'attraction (LOA) nécessite de la pratique pour être efficace.
2. Comprendre la loi de l'autorisation est essentiel pour maîtriser la création personnelle.
3. La fréquence vibratoire d'une personne n'influence pas ses expériences de vie selon la LOA.



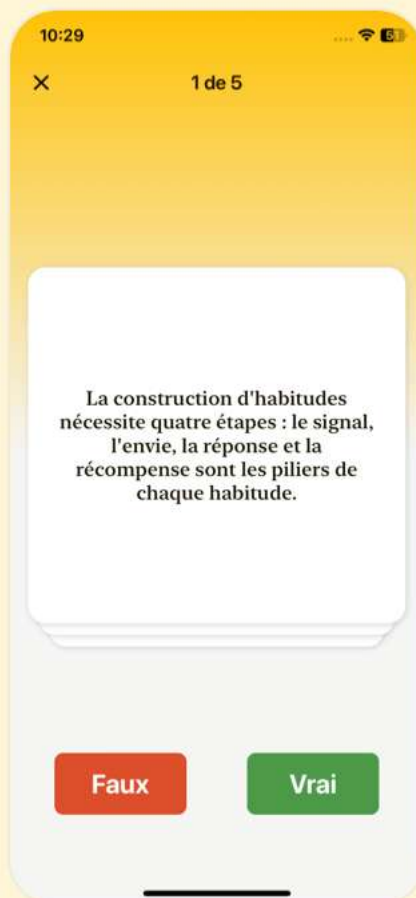


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 10 | des émotions| Quiz et test

1. Les émotions jouent un rôle crucial dans la façon dont les expériences humaines se façonnent et dans les réponses que nous apportons.
2. Comprendre les émotions n'a pas d'impact significatif sur la croissance personnelle selon le texte.
3. La section offre des perspectives sur la manière d'utiliser les émotions pour attirer des résultats positifs dans la vie.

Chapitre 11 | Quelques exemples pour vous aider à lâcher prise| Quiz et test

1. Le chapitre aborde l'importance d'être en accord avec vos désirs concernant divers sujets comme la santé, les relations et les aspirations financières.
2. Les auteurs suggèrent que les lecteurs devraient toujours se rapporter aux exemples présentés, peu importe leurs circonstances personnelles.
3. L'objectif des exemples dans le chapitre est de dicter quels désirs les individus devraient avoir.

Chapitre 12 | Exemple 1 -- J'ai reçu un diagnostic



effrayant| Quiz et test

1. Ressentir de la peur face à un diagnostic effrayant est une réaction naturelle qui indique qu'on se trouve en amont, à contre-courant de la santé désirée.
2. Des pensées telles que 'Je peux surmonter ça' sont considérées comme des pensées en amont qui favorisent la résistance plutôt que le soulagement émotionnel.
3. Améliorer le bien-être émotionnel est moins important que d'atteindre une récupération physique immédiate dans le contexte de la guérison.



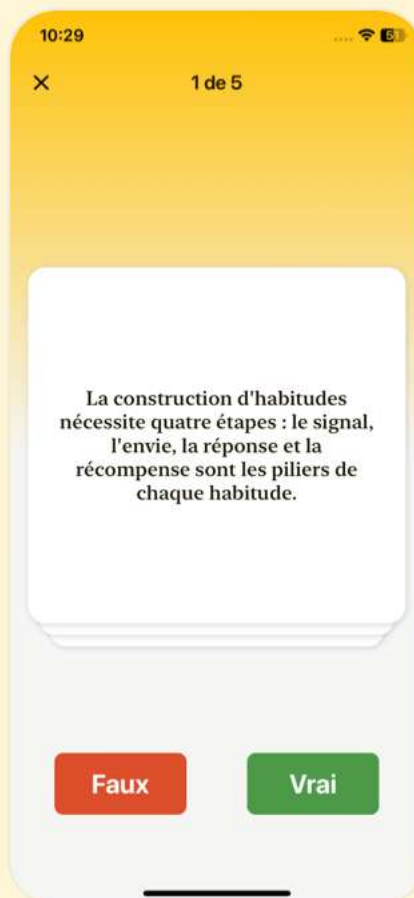


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 13 | Exemple 2 -- Je ne peux pas perdre du poids| Quiz et test

1. Créer un changement, comme perdre du poids, repose uniquement sur l'action et n'implique pas d'aligner son énergie et ses pensées.
2. Les sentiments positifs peuvent inspirer l'action tandis que les sentiments négatifs créent de la résistance selon le chapitre.
3. Faire des changements drastiques est la clé pour atteindre les résultats souhaités en matière de perte de poids et d'amélioration personnelle.

Chapitre 14 | Exemple 3 - Mes enfants se battent constamment et cela me rend fou| Quiz et test

1. Essayer de changer les autres conduit à des résultats positifs dans les relations selon le chapitre.
2. Les parents devraient se concentrer sur leur propre état émotionnel plutôt que d'essayer de contrôler le comportement de leurs enfants.
3. Le chapitre affirme que reconnaître les pensées négatives



n'est pas important pour avancer vers le soulagement dans les relations.

Chapitre 15 | Exemple 4 -- Je suis totalement désorganisé| Quiz et test

1. Se sentir submergé par le désordre et le manque d'organisation peut conduire à une paralysie émotionnelle.
2. S'attaquer directement au désordre est plus important que d'améliorer d'abord son état émotionnel selon la Loi de l'Attraction.
3. L'auto-critique est encouragée dans le texte pour promouvoir la croissance et la santé émotionnelle.



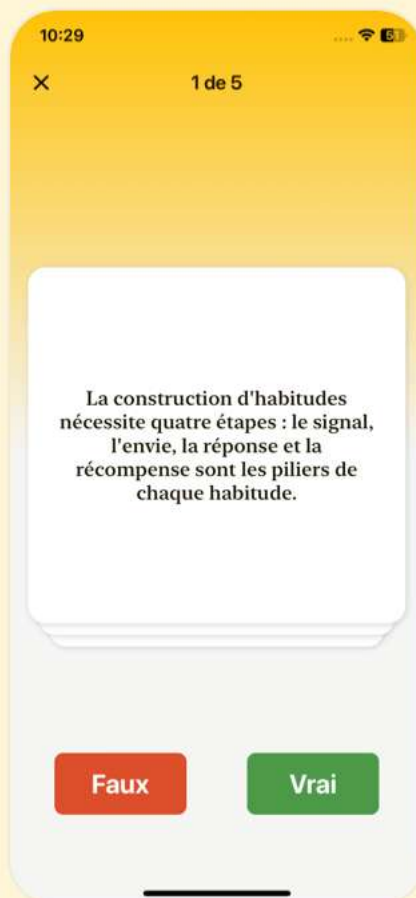


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 16 | Exemple 5 -- Mon ancien partenaire ment sur moi| Quiz et test

1. Les relations post-divorce avec les anciens partenaires peuvent rester inconfortables.
2. Le soulagement émotionnel après un divorce est garanti et les sentiments négatifs ne persisteront pas.
3. Se concentrer uniquement sur le passé est essentiel pour réussir la coparentalité après un divorce.

Chapitre 17 | Exemple 6 -- Mon Mari Me Dit Comment Conduire| Quiz et test

1. Le chapitre discute des dynamiques de conduite principalement du point de vue de l'épouse et reconnaît son inconfort dû aux suggestions constantes de son mari.
2. L'épouse croit qu'il est nécessaire de changer le comportement de son mari pour améliorer leur dynamique de conduite.
3. L'autonomisation dans le chapitre est associée à l'adoption de 'pensées en aval' pour renforcer les sentiments d'agence et de contrôle sur sa propre expérience.



Chapitre 18 | Exemple 7 -- Je ne suis pas heureux au travail| Quiz et test

1. La dissatisfaction de l'employé au travail est influencée par ses observations négatives sur la performance de ses collègues.
2. La Loi de l'Attraction suggère que se concentrer sur des situations indésirables améliorera l'environnement de travail de l'employé.
3. L'employé est encouragé à reconnaître que son bonheur personnel peut être maintenu indépendamment des actions de ses collègues.



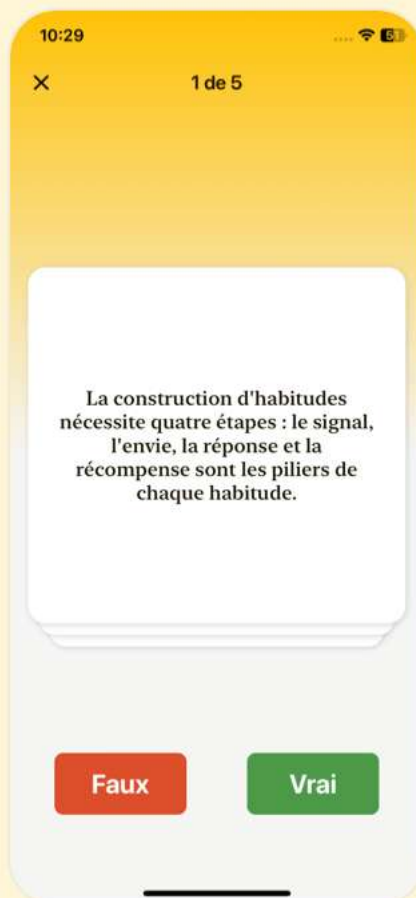


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 19 | Exemple 8 -- Mon Mari et Mon Fils Adolescent Ne S'entendent Pas| Quiz et test

1. Dans le scénario décrit, le fils assume un rôle dominant dans la dynamique familiale.
2. La mère devrait essayer de satisfaire à la fois son mari et son fils pour améliorer leur relation.
3. Le chapitre suggère que donner la priorité à son bien-être émotionnel personnel peut aider à naviguer dans des relations familiales compliquées.

Chapitre 20 | Exemple 9 -- Depuis que mon père est mort, je ne peux pas retrouver mon équilibre| Quiz et test

1. Les humains portent des vibrations résiduelles de leur enfance qui influencent leur état émotionnel actuel.
2. Maintenir des pensées alignées avec des expériences passées est essentiel pour la croissance personnelle et l'équilibre après une perte.
3. Développer une habitude de privilégier les pensées positives peut aider les individus à naviguer dans le deuil et



à retrouver la joie.

Chapitre 21 | Exemple 10 -- Je suis un adolescent| Quiz et test

1. L'adolescent se sent coupable de vouloir son indépendance par rapport à ses parents trop protecteurs.
2. C'est la responsabilité de l'enfant de modifier son comportement pour plaire à ses parents selon le récit.
3. Le pouvoir d'agir vient de l'ajustement de ses pensées pour contrôler ses émotions plutôt que de changer les autres.



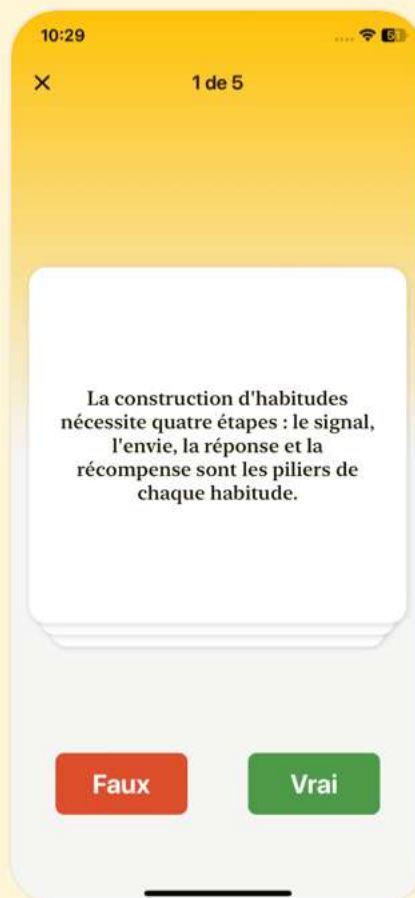


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 22 | Exemple 11 -- Mon Ami Parle de Moi Dans Mon Dos| Quiz et test

1. Comprendre le comportement des autres révèle souvent leur manque d'estime personnelle selon le chapitre.
2. Le chapitre suggère qu'il faut s'attarder sur les raisons pour lesquelles un ami se comporte négativement pour résoudre la souffrance émotionnelle.
3. Il est considéré qu'atteindre l'alignement avec son vrai soi attire de bonnes expériences, selon la loi de l'attraction mentionnée dans le chapitre.

Chapitre 23 | Exemple 12 -- J'ai si peu d'argent sans amélioration en vue| Quiz et test

1. D'après le chapitre, l'inconfort financier ne peut être ressenti que lorsque l'on n'a pas d'argent.
2. Le pouvoir de la perspective peut influencer la façon dont on se sent par rapport à sa situation financière.
3. Chercher des pensées qui procurent de meilleures sensations est sans importance pour surmonter les difficultés financières.



Chapitre 24 | Exemple 13 -- Je Ne Trouve Pas de Partenaire| Quiz et test

- 1.Des désirs forts mènent à des émotions intenses, et des sentiments négatifs surgissent lorsqu'on pense qu'on ne peut pas atteindre ses désirs.
- 2.Un manque d'intérêt pour un résultat entraîne une forte émotion négative.
- 3.Voir les rendez-vous comme des occasions de plaisir et de connexion peut conduire à une expérience de rencontre plus agréable.



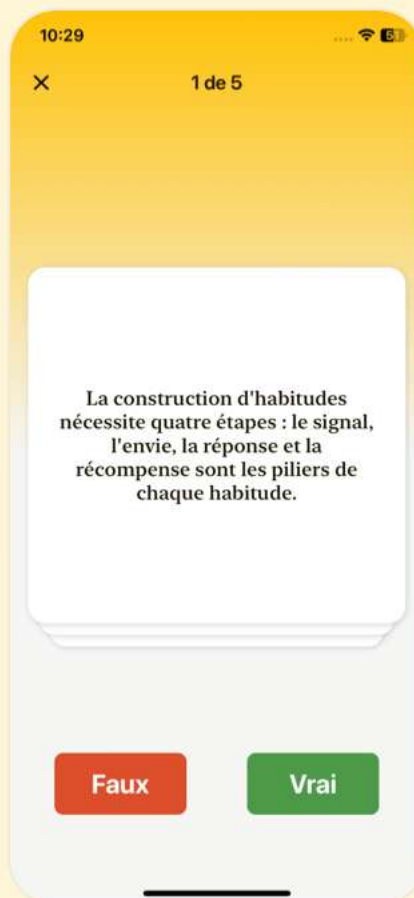


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 25 | Exemple 14 -- Ma sœur et moi ne nous parlons plus| Quiz et test

1. Les gens peuvent contrôler les sentiments des autres dans une relation selon le chapitre.
2. S'accrocher à la colère et au ressentiment aide les individus à s'aligner avec leur Être Intérieur.
3. L'objectif d'améliorer ses émotions personnelles est uniquement de réparer les relations avec les autres.

Chapitre 26 | Exemple 15 -- Mon Partenaire me Contrôle et je me Sens Étouffé| Quiz et test

1. Un individu se sent étouffé dans une relation en raison de l'implication intense de son partenaire.
2. Le bonheur personnel est principalement influencé par les actions des autres plutôt que par ses propres pensées.
3. Encourager un partenaire à maintenir son propre alignement émotionnel peut mener à un bonheur authentique pour les deux individus dans une relation.

Chapitre 27 | Exemple 16 -- Je prends un divorce et je me sens perdue| Quiz et test

1. La douleur du deuil provient principalement de la



perte elle-même, plutôt que d'une contradiction vibratoire entre les sentiments actuels et l'état émotionnel désiré.

2.L'essence des relations idéales se trouve dans l'entier de vibration d'une personne, qui peut être modifié par les actions des autres.

3.Prendre la responsabilité personnelle de son bonheur mène à des relations plus saines et à une indépendance émotionnelle.

Plus de livres gratuits sur Bookey



Scanner pour télécharger

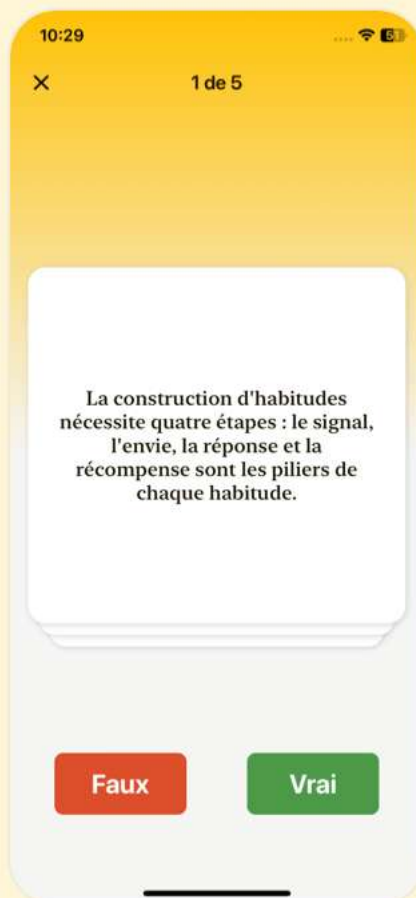


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 28 | Exemple 17 -- Mes Enfants N'ont Aucun Respect Pour Moi| Quiz et test

1. Les parents devraient viser à contrôler le comportement de leurs enfants selon le chapitre.
2. Les enfants possèdent leurs propres systèmes de guidance et un potentiel puissant comme indiqué dans le texte.
3. La souffrance émotionnelle dans les familles provient souvent d'états émotionnels alignés entre parents et enfants.

Chapitre 29 | Exemple 18 -- Les gens volent mes idées créatives| Quiz et test

1. Selon le chapitre, les écrivains freelances n'ont aucune raison d'être frustrés par le vol de leurs idées créatives.
2. La quête de contrôle sur le comportement des autres est un combat décrit comme un problème ancien tout au long de l'histoire humaine dans le chapitre.
3. Le chapitre suggère que le succès personnel dépend entièrement de l'accord des autres avec vos idées.

Chapitre 30 | Exemple 19 -- Ma mère a été diagnostiquée avec la maladie d'Alzheimer| Quiz et



test

1. Les réactions émotionnelles des proches d'une personne atteinte d'Alzheimer sont généralement alignées avec celles qui vivent la condition.
2. Le chapitre suggère que l'on devrait rechercher un équilibre émotionnel indépendamment de ses circonstances extérieures.
3. Reformuler l'expérience d'Alzheimer d'un être cher peut aider à changer les émotions du désespoir à l'appréciation.



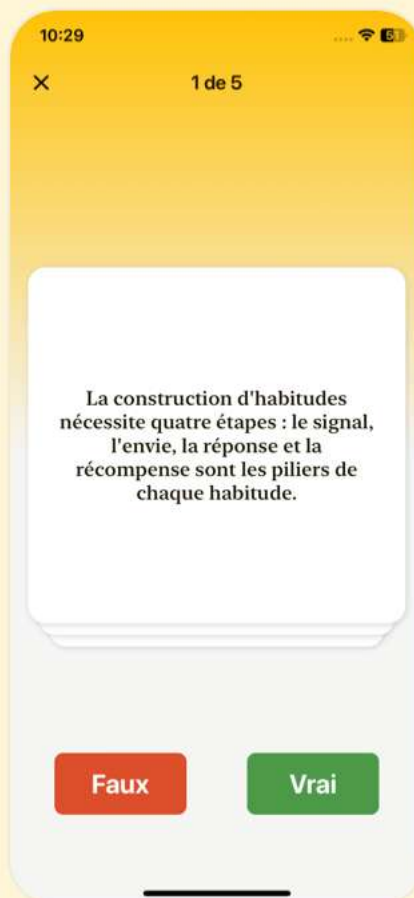


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 31 | Exemple 20 -- Mon personnel de bureau semble avoir du mal à s'entendre| Quiz et test

1. Les conflits entre employés dans une petite entreprise aboutissent toujours à des résultats négatifs.
2. L'attention du propriétaire sur des pensées et émotions positives n'a aucun impact sur le succès de l'entreprise.
3. Maintenir son bonheur personnel est crucial pour résoudre efficacement les conflits entre employés.

Chapitre 32 | Exemple 21 -- Mon mari pense que cette philosophie est ridicule et ne veut pas en entendre parler| Quiz et test

1. La loi de l'attraction stipule que les pensées des autres peuvent influencer vos créations personnelles.
2. La collaboration avec les autres est nécessaire pour la création personnelle selon la philosophie présentée dans le chapitre.
3. Se concentrer sur vos propres désirs et pensées positives



vous permet d'attirer les résultats désirés, indépendamment des croyances des autres.

Chapitre 33 | Exemple 22 -- On me Considère Comme Vieux dans Cette Société| Quiz et test

1. Le chapitre souligne que se sentir mal à l'aise avec la représentation des personnes âgées dans la société est une réaction naturelle.
2. Les auteurs estiment que les gens devraient percevoir la vie uniquement comme un parcours linéaire de la naissance à la mort.
3. Cultiver des expériences joyeuses est suggéré comme un moyen de surmonter les sentiments de manque et l'anxiété liée au vieillissement.



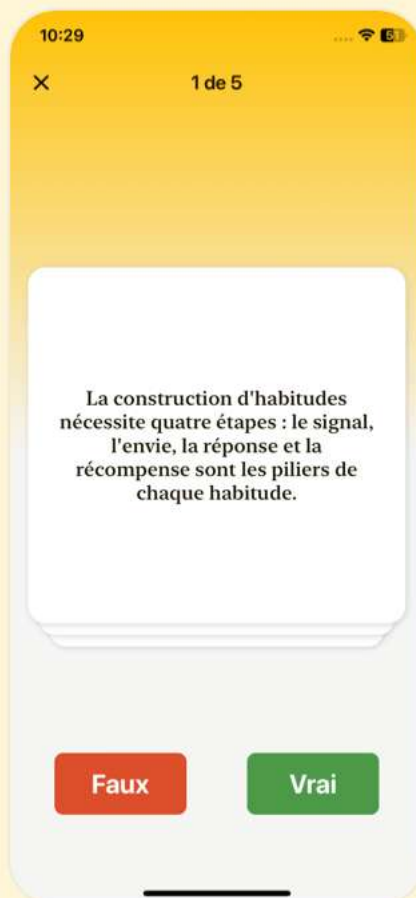


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 34 | Exemple 23 -- Ma Fille Mente Constamment| Quiz et test

1. Le mensonge constant des enfants découle d'un décalage entre leur propre image d'eux-mêmes et les influences extérieures.
2. Les parents devraient imposer des règles strictes pour empêcher leurs enfants de mentir.
3. Encourager la confiance et le soutien des parents peut réduire la tendance des enfants à mentir.

Chapitre 35 | Exemple 24 -- Je Ne Cesse D'être Écarté Pour Des Promotions Au Travail| Quiz et test

1. La loi de l'attraction est influencée par les vibrations et les émotions d'un individu.
2. Se sentir négligé et sous-estimé conduira automatiquement à des promotions et à de la reconnaissance.
3. Pour s'aligner avec ses désirs, il faut se concentrer sur les émotions négatives afin de mieux les comprendre.

Chapitre 36 | Exemple 25 -- Je n'ai pas le temps ni l'argent pour m'occuper de mes parents et je me sens coupable| Quiz et test



1. Les sentiments de culpabilité sont bénéfiques pour les aidants qui s'occupent de parents âgés ou malades.
2. Se concentrer sur le soulagement émotionnel peut aider les aidants à s'aligner sur des solutions positives.
3. Il est essentiel pour les aidants de trouver des solutions immédiates aux défis du caregiving avant de rechercher un soulagement émotionnel.



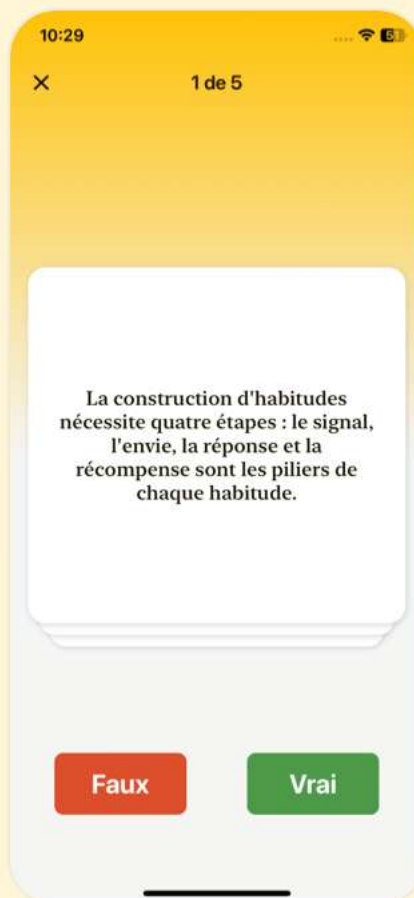


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 37 | Exemple 26 -- Je perds ma vie coincé dans les embouteillages| Quiz et test

1. Se concentrer sur les frustrations actuelles aide à réaliser vos désirs.
2. L'alignement émotionnel avec les désirs est nécessaire pour manifester des changements.
3. Accepter vos circonstances actuelles signifie que vous devez cesser d'essayer d'améliorer votre vie.

Chapitre 38 | Exemple 27 -- Maintenant que je sais ce qu'est la Loi de l'Attraction, mes pensées m'inquiètent| Quiz et test

1. La peur survient parce que les individus croient que leurs pensées attirent des expériences négatives en raison de la Loi de l'Attraction.
2. Ressentir de la peur prédit des événements négatifs immédiats dans la vie d'une personne.
3. Changer ses pensées vers la positivité peut améliorer le bien-être et influencer positivement les autres.

Chapitre 39 | Exemple 28 -- Mon mari est très malade| Quiz et test



1. La maladie découle d'un déséquilibre vibratoire et la guérison est possible en réalignant ses pensées et ses émotions.
2. Le bien-être émotionnel d'une personne dépend entièrement de la guérison d'un proche.
3. Se concentrer sur sa propre santé émotionnelle peut affecter négativement le processus de guérison d'un proche.



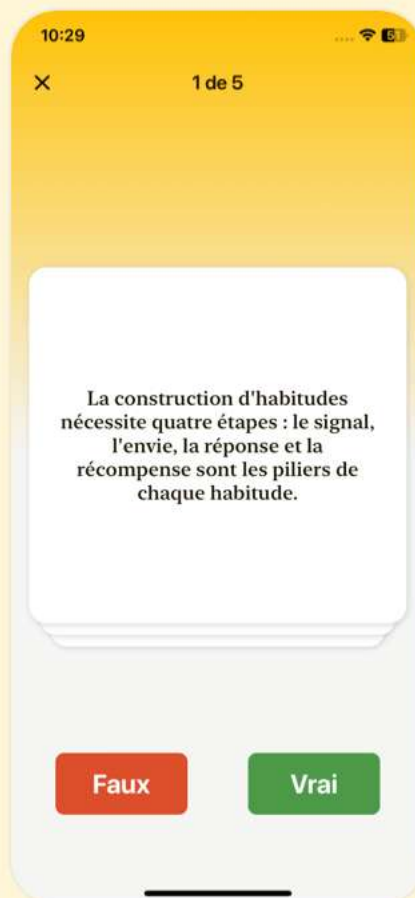


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 40 | Exemple 29. Mon Amoureux m'a Quitté| Quiz et test

1. La croyance commune selon laquelle toute relation est meilleure que pas de relation est soutenue par le chapitre.
2. Se concentrer sur le malheur de quelqu'un d'autre peut entraîner un désalignement avec ses propres désirs selon le chapitre.
3. La douleur émotionnelle empêche uniquement les individus de reconnaître leurs désirs comme le suggère le chapitre.

Chapitre 41 | Exemple 30 -- Mon Animal de Compagnie est Malade| Quiz et test

1. Les animaux de compagnie s'alignent mieux avec leur Être Intérieur comparés aux humains, mais ils sont affectés par les énergies négatives de leurs propriétaires.
2. Les animaux préfèrent la sécurité à la liberté et s'épanouissent dans des environnements pleins de fortes émotions négatives.



3. Le lien entre un animal de compagnie et son propriétaire ne reflète que l'existence physique sans aucune guidance émotionnelle.

Chapitre 42 | Exemple 31 -- Je n'ai jamais assez d'argent| Quiz et test

1. Les problèmes financiers sont uniquement dus aux conditions économiques.
2. La Loi de l'Attraction ne répond qu'aux actions entreprises par les individus.
3. Changer son état émotionnel peut conduire à un allègement financier.



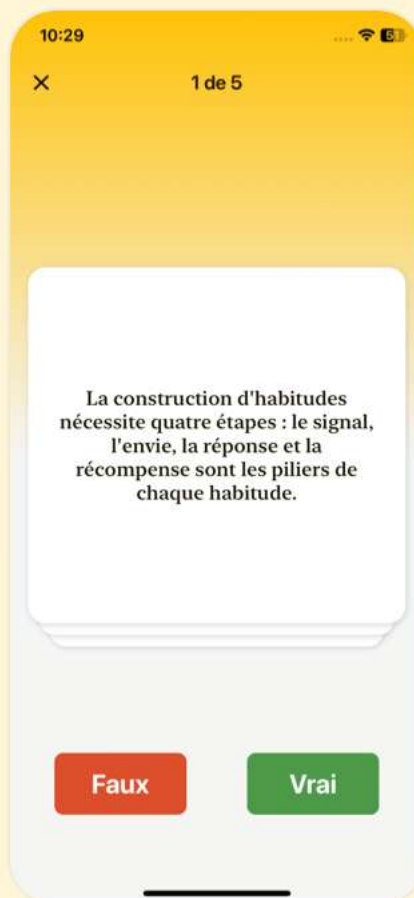


Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger



Chapitre 43 | Exemple 32 -- Mon Chien est Mort et je Ressens du Deuil| Quiz et test

1. Le chagrin ressenti après la perte d'un animal de compagnie est souvent moins intense que d'autres formes de perte.
2. Les animaux de compagnie offrent de la compagnie sans les complexités des attentes ou des jugements, rendant leurs relations différentes de celles des humains.
3. Se concentrer uniquement sur les aspects négatifs de la mort d'un animal de compagnie est la meilleure façon de guérir de leur perte.

Chapitre 44 | Exemple 33 -- Notre fils est gay| Quiz et test

1. Le chapitre souligne que l'amour véritable demeure indépendamment des circonstances.
2. Les parents pensent que l'orientation sexuelle de leur fils est un choix influencé par des facteurs externes.
3. Le chapitre suggère que les demandes de changement de la part des proches peuvent favoriser le bonheur et le confort.





Téléchargez l'appli Bookey pour profiter

Plus de 1000 résumés de livres avec des quiz

Essai gratuit disponible !

Scannez pour télécharger

