

# *J'attire dans ma vie des événements qui sont la projection de mes pensées !*

Par [franchant](http://franchant) Le 24/10/2014 sur [www.frederictranchant.fr/blog](http://www.frederictranchant.fr/blog)



*Je construis ma vie par mes actions qui sont le résultat des mes pensées :*

Cette affirmation en préambule à cet article peut vous sembler d'une grande évidence. Car, nous le savons communément, **nous vivons la vie que nous nous construisons. Elle découle de nos réflexions (nos pensées). Nos choix ne sont pas seulement déterminés par nos pensées conscientes. Elles le sont encore bien plus par nos pensées inconscientes, c'est à dire par nos émotions** et par les sentiments qui nous traversent. Nos actes n'ont pas le même impact s'ils s'accompagnent de conviction, de détermination et de confiance, ou à l'opposé d'hésitation, de doute ou de rage. Bien plus, mus par certains sentiments, nous agissons quelquefois à l'encontre de nos souhaits. Ou bien, nous agissons conformément à nos décisions, mais les résultats obtenus sont contraires à ce que nous en attendions. Ainsi, nos sentiments occupent une part primordiale dans l'élaboration de notre vie. Il y a lieu d'examiner plus en détail comment **des sentiments de crainte ou d'agressivité interviennent dans nos pensées et entravent la réalisation de nos souhaits. Les événements de notre vie n'arrivent par hasard. Ils sont reliés à nos pensées (le plus souvent inconscientes) et aux émotions qui leur sont associées.** De quelle façon, par quel processus? C'est ce que nous examinons dans cet article. Nous apprendrons également comment rendre conscientes ces pensées et émotions inconscientes. Nous pourrions alors les transformer afin de **créer une vie qui soit à l'image de nos aspirations les plus élevées.** Une vie que nous choisissons réellement.

Comment décoder les messages de notre vie? Souvent, la réflexion personnelle peut suffire à comprendre le sens de nos émotions négatives. Toutefois, l'échange avec une autre personne, un ou une amie, favorise grandement la réflexion. Quelquefois, les sentiments négatifs sont complexes, douloureux ou ancrés profondément, et

nous avons des résistances à les mettre à jour. Dans ce cas, l'[aide d'un thérapeute](#) formé à cette écoute peut être nécessaire pour décortiquer les sentiments négatifs, comprendre leur raison d'être, les transmuter et développer les aspects positifs de soi.

*Les événements de ma vie sont la projection de mes pensées :*



Les circonstances et les conditions de notre vie ne se produisent pas selon que nous avons de la chance ou pas de chance. Pas plus qu'elles ne sont ordonnées par un Dieu ou des dieux qui nous mettent à l'épreuve, nous récompensent ou nous punissent. Elles ne sont pas non plus le résultat direct de nos actions. Ce que nous vivons dans notre quotidien, dans les domaines de notre santé, de notre profession, de nos finances, de nos relations, etc. est la représentation sous forme physique de nos pensées. **Ce qui nous vivons est le résultat physique du magnétisme de notre esprit.** Ce qui nous arrive, c'est nous qui le créons, consciemment ou inconsciemment. Notre esprit fonctionne comme un aimant. Il gère des pensées abstraites, des concepts, des croyances, des envies, des peurs. Ces pensées attirent la "matière".

*Le magnétisme des émotions :*

Par quel processus une pensée peut-elle générer une manifestation concrète dans la matière? La clé est l'**état vibratoire** que cette pensée provoque en nous. **Tout moment de vie, toute pensée, toute expérience que nous vivons engendrent une émotion en nous.** Par exemple, si je vous dis: Demain je viens vous rendre visite, c'est une information que je vous donne (niveau intellectuel), qui crée une réaction émotionnelle (niveau émotionnel). Cette émotion vous est complètement personnelle, vous pouvez en être heureux, indifférent ou contrarié. L'émotion, ou le sentiment, c'est le degré de plaisir ou de déplaisir. Les émotions les plus simples, ce sont Ça me plait ou Ça ne me plait pas. C'est agréable ou Ça me rebute.

Or notre corps traduit immédiatement une réaction émotionnelle. L'émotion est un mouvement d'énergie dans le corps, qui engendre des tensions et des rigidités, ou de la détente et de la fluidité. **Notre corps émet les vibrations de notre état émotionnel**, et notre environnement le perçoit. Ces vibrations agissent comme un champ magnétique qui attire les circonstances et les événements que nous vivons. **La pensée est un principe organisateur** qui inscrit une trame quasi-abstraite dans la matière subtile. La manifestation concrète a lieu sous l'effet de l'attraction de la matière par l'état émotionnel. **La matière physique habille la trame**, lui donne forme, comme un artiste décorateur qui habille d'étoffes, de mousses et d'argile la structure en fil de fer quasi-abstraite qu'il a conçue. Quand

vous pensez à quelque chose que vous ne désirez pas, comme le cancer par exemple, et que vous ressentez l'émotion négative que vous appelez l'effroi ou la peur, les deux sont en harmonie, et ce cancer est alors en voie de se manifester... Lorsque vous pensez à quelque chose que vous désirez vraiment, une parfaite santé par exemple, et que vous sentez une émotion positive de paix et de joie, il y a harmonie et cette santé parfaite est en voie de se manifester. **La différence des formulations semble subtile sur le plan de l'idée, les deux exprimant le même désir, celui de la santé. Mais elles sont fondamentalement différentes sur le plan du ressenti, car l'une est négative et l'autre positive.** Si vous formulez que vous voulez une santé parfaite, tout en ressentant la colère qu'elle ne vous soit pas accordée, alors les deux ne sont pas en harmonie, et votre désir ne sera pas exaucé. Si vous désirez une chose, sa manifestation dépend de l'émotion que vous éprouvez. Si vous ressentez le manque et la frustration de ne pas avoir cette chose, alors vous attirez le manque de cette chose.

**Exemple : vous voulez absolument un(e) partenaire parce que vous vous sentez seul(e), vous en ressentez le manque et vous êtes triste, en colère: attendez-vous à rencontrer des personnes qui vont créer en vous le manque, la colère et la tristesse. Et remarquez comme c'est puissant. Votre expérience vous renforcera dans votre sentiment négatif. Vous y trouverez la confirmation que personne ne veut de vous, ou que vous ne pouvez faire confiance à personne. Si vous avez tenté de vous imaginer dans les détails l'objet de votre désir, vous en conclurez que la technique de visualisation ne fonctionne pas.**

Mais nous pouvons apprendre à modifier nos sentiments en changeant notre regard sur les événements et les personnes. Nous pouvons l'orienter vers l'estime, la joie, la gratitude, et dans ce cas, nous attirons des événements qui nous procurent fierté, joie et gratitude.

*L'observation de ma vie me révèle mes pensées inconscientes :*

Puisque les événements déplaisants de notre vie sont attirés par les sentiments négatifs qui sont associés à nos désirs, inversement nous pouvons examiner attentivement ces événements afin de découvrir quels sont les sentiments négatifs qui les ont générés. **La compréhension de la relation entre les manifestations de notre vie et nos sentiments est un outil formidable.** Nous pouvons en tirer parti pour connaître les parties cachées de nous qui limitent l'expression de notre plein potentiel. Nous pouvons nous servir des circonstances de notre vie comme d'un miroir pour découvrir nos profondeurs inconscientes et au besoin les transformer.

Chaque événement désagréable qui survient à notre insu peut être considéré comme un signal. Il raconte quelque chose de nous. Nos déconvenues sont un appel de nos parties occultées qui demandent à être mises en lumière et transformées. Cet appel se reproduit tant que nous l'ignorons, tant que nous ne prenons pas le temps de le reconnaître, le comprendre et en tirer les leçons. Ainsi, **les déconvenues sont des outils majeurs de notre évolution vers un potentiel plus grand.** Or l'évolution vers la pleine réalisation de soi est l'essence de notre vie. Ce sont les déconvenues qui nous causent apparemment le plus de tort ou de souffrance qui nous appellent le plus fort. Nous sommes beaucoup plus interpellés par ce qui nous tracasse, nous contrarie ou nous fait du mal que par les événements paisibles. Afin d'éclairer comment nous pouvons décoder les événements de notre vie, petits ou grands, et

comprendre ce qu'ils veulent nous enseigner, voici quelques exemples : "**la peur du manque attire le manque**", "**la peur de l'échec attire l'échec**", etc.

### *Créez la vie magnifique dont vous rêvez :*

A ce stade de notre étude, nous savons comment tirer parti des circonstances de notre vie pour transformer nos zones d'ombre et nos émotions négatives. C'est un outil merveilleux qui peut nous emmener très loin et nous satisfaire. Or cela ne constitue qu'une première étape. Nous pouvons aller encore plus loin dans la maîtrise de notre vie afin de créer les conditions idéales de notre bonheur. Avec ce nouvel outil (le magnétisme des émotions) utilisé en CONSCIENCE, nous pouvons recevoir beaucoup plus de la vie. **La deuxième étape consiste à apprendre à utiliser cet outil pour créer la vie la meilleure dont nous puissions rêver.** Si cette perspective est très prometteuse, voire excitante, elle n'est pas si facile à mettre en œuvre. D'abord, elle va à l'encontre de nos idées habituelles. Je n'y crois pas. De plus, nous sommes tellement habitués à nous occuper de nos tâches et aléas du quotidien que cette liberté d'esprit qui nous est proposée peut nous apparaître comme un grand vide que nous ne savons pas combler. Nous ne savons pas définir ce que nous voulons vraiment au-delà de quelques améliorations immédiates. Nous ne sommes pas éduqués pour cela. C'est un peu comme si la fée des contes vous rend visite et vous demande: "Je peux réaliser 10 vœux pour toi. Que désires-tu?".

### *Réhabilitez l'imagination. "Soyez tranquille, vous avez le temps" :*

Prenez le temps de respirer. Prenez le temps de réfléchir à vos souhaits. Posez vos idées par écrit, cela leur donnera plus de consistance et d'autres idées vous viendront par association. Écrivez aussi bien les grandes lignes directrices de vos souhaits que des petits détails. Rectifiez-les, complétez-les au fur et à mesure qu'il vous vient une idée. Prenez le temps de les concocter peu à peu par touches successives, laissez-les macérer, murir, s'affiner.

### *Les obstacles à la réalisation de vos souhaits :*

La mise en place de vos souhaits peut être quasi-immédiate ou prendre du temps. Il se peut que des rencontres de personnes ou d'informations soient mises sur votre route et vous apportent les éléments dont vous avez besoin pour agir. Inversement, cela peut être retardé. Cela signifie que vous n'êtes pas prêt à recevoir l'objet de votre désir. Il est là virtuellement, réservé pour vous, mais attend que vous puissiez être en paix avec lui.

### *Chargez votre nourriture avec votre intention de bien-être avant de la consommer :*

Si nos états émotionnels sont capables d'attirer des manifestations dans la matière, c'est qu'ils exercent des forces au niveau atomique lui-même. On a pu le vérifier, entre autres, sur la configuration moléculaire de l'eau. **Nos états émotionnels exercent donc une influence sur l'eau de notre corps**, sur l'eau que nous buvons,

et sur l'eau constitutive de nos aliments.

Par ce processus, il est possible d'imprimer des pensées de bien-être dans nos aliments, autrement dit d'élever leur état vibratoire, de les charger des codes d'information porteurs de nos désirs de bien-être. On dit aussi qu'on **informe la matière**. Puis on demande que cette énergie atteigne toutes nos cellules lorsque cette nourriture est digérée et distribuée dans notre corps et on imagine le bienfait résultant. Enfin, on exprime une pensée de gratitude envers cette nourriture.

### *Redonnez santé et vitalité à votre corps :*

Parmi nos souhaits contribuant à une vie meilleure, la santé et la vitalité de notre corps tiennent une place particulièrement importante. Tout ce que nous avons expliqué sur les circonstances de notre vie s'applique tout autant à nos troubles de santé: ils n'arrivent pas par hasard. Ils sont en rapport direct avec le regard positif ou négatif que nous portons à notre corps. La dégénérescence des fonctions du corps avec la vieillesse est la conséquence des angoisses et des pensées négatives que nous avons vis-à-vis de notre corps depuis notre plus jeune âge. **Nos ressentiments, nos irritations, les jugements négatifs et les dépréciations que nous portons sur les autres mais surtout sur nous-même, sont autant de facteurs d'accélération du vieillissement et des pertes de mémoire.** Des pensées qui nous abaissent telles que je suis vieux, je suis vieille, sont à proscrire.

Les peurs et angoisses s'incrustent dans le corps jusqu'au niveau cellulaire sous forme de rigidités, de cuirasses et de vides énergétiques. Les hormones sont un des moyens de transmission entre la pensée et le corps. Le taux d'hormones est directement influencé par la pensée. Les hormones sont produites par les glandes endocrines gérées par le cerveau. Il y a donc un lien entre la pensée et les hormones.

### *Pourquoi vous ne verrez jamais les réalités auxquelles vous ne croyez pas :*

Vous ne croyez pas à l'au-delà, aux phénomènes paranormaux, aux médiums, aux visites d'extraterrestres? Vous ne croyez pas aux consciences désincarnées, à la présence d'êtres de lumière autour de nous? Sachez que la réalité va se manifester autour de vous selon vos convictions. Vous attirerez donc l'absence de ces phénomènes, ce qui va renforcer vos convictions. Si vous exigez de **voir pour croire** à quelque chose, cela **fige votre réalité** dans votre état du moment. C'est vous qui créez votre réalité. Pour que d'autres réalités se manifestent à vous, il est impératif que vous acceptiez l'idée qu'elle puisse exister. Accepter de s'ouvrir à d'autres réalités n'empêche pas de **douter**. Doubter est une interrogation saine qui nous fait réfléchir à ce qui est pertinent pour nous. À condition que le doute reste fugitif et que nous n'en fassions pas notre mode de vie.

**Certaines croyances sont soigneusement entretenues par ceux qui manipulent les informations.** Elles sont diffusées par les films, les médias, les jeux vidéos, l'enseignement, et nous conditionnent à ne pas penser de façon autonome et créative, mais à ingurgiter des vérités toutes faites et des modèles de pensée très limités sur la vie. Nous cherchons en vain des cours sur l'observation de nos

émotions, leur signification et la manière de les "gérer". La conséquence est que les gens réagissent de façon très superficielle (épidermique) aux événements, aux comportements de leur entourage, aux informations télévisées en émettant des jugements critiques, le plus souvent négatifs, qui sont eux-mêmes la reproduction des conditionnements (prêts-à-penser) qu'ils ont reçus. Tout au long de leur vie, ils expriment toujours les mêmes émotions: ressentiment, dépréciation de soi et des autres, mépris, tristesse, haine, hargne, angoisse, apitoiement.

### *Créez le monde paradisiaque dont vous rêvez :*

Vous aussi, vous pouvez vous joindre au flot des personnes qui insufflent des sentiments positifs sur la Terre. Si vous vous sentez mal à l'aise avec l'état de la planète et de son humanité, alors n'hésitez pas à **participer à la vision d'une planète renouvelée et harmonieuse**. Les pensées collectives sont bien plus puissantes que toutes les actions basées sur la lutte anxieuse et la revendication colérique. Nous sommes de puissants créateurs, bien plus puissants que vous n'imaginez, à condition de penser avec le coeur.



Frédéric TRANCHANT est **hypnothérapeute**, diplômé de l'Ecole Centrale d'Hypnose, praticien en Relation d'Aide. Formé à la PNL et à l'Analyse Transactionnelle, à la psychopathologie auprès de l'EEPSSA. Il est aussi Maître Reiki Praticien Usui & Maître Avancé Reiki Kundalini • [www.frederictranchant.fr](http://www.frederictranchant.fr) • 06 72 72 66 61.