

ÉDITION JEMM

LE POUVOIR DE LA CONCENTRATION DE LA PENSÉE :

LE SECRET DU BONHEUR ET DE LA
RICHESSE.

PAR JEMM



SOMMAIRE

- 1- La concentration de la pensée.
- 2- Le souhait.
- 3- Le fantasme.
- 4- L'objectif.
- 5- Importance de se fixer des objectifs.
- 6- Comment se fixer des objectifs.
 - 6-1- La jalousie et les objectifs.
 - 6-2- Transformez vos problèmes en objectifs.
- 7- Vous avez tout ce dont vous avez besoin pour atteindre vos objectifs.
 - 7-1- La volonté
 - 7-2- La méthode
- 8- L'auto programmation mentale.
 - 8-1- Avantage.
 - 8-2- Les phrases d'auto programmation mentale.
 - 8-3- Récapitulatif.
- 9- Quelques témoignages pour vous

aider à passer à l'action.

¹⁰ Note de l'auteur.

¹¹ N'abandonnez jamais !

Avant d'entrer dans le vif du sujet, nous vous invitons à lire les deux dernières pages de ce document, pour recevoir le cadeau du pré-lancement.

LA CONCENTRATION DE LA PENSÉE

***CONCENTREZ VOS PENSEES SUR LA CHOSE
EN PARTICULER QUI VOUS INTERESSE LE
PLUS, ET LES IDEES VIENDRONT EN
ABONDANCE ET OUVRIRONT LA PORTE A UNE
DOUZAINES DE FACONS D'ATTEINDRE
VOTRE OBJECTIF. (Robert Collier)***

La concentration est l'art de s'isoler des impressions extérieures pour forcer l'attention, vaincre l'indifférence et dominer, en même temps, les forces physiques et les forces psychiques. Se concentrer, c'est diminuer le volume de son rayonnement en le localisant sur un objectif, non pas, forcément, un sujet simple, une pensée unique, par exemple, mais sur un ensemble de pensées se rapportant au même objectif. Se concentrer, c'est ramener à leur centre ses forces dispersées, rassembler

son énergie,

faire appel à toute son intelligence et à toute sa volonté pour vaincre plus sûrement les obstacles qui pourraient nous empêcher d'arriver au but que nous voulons atteindre. C'est se donner corps et âme à ce que l'on fait pour le faire mieux et plus vite.

La Concentration est la résultante de l'Attention, de la Persévérance et de la Maîtrise de soi. La première fixe l'esprit d'une façon complète sur un objectif déterminé ; la seconde maintient cette attention et la dernière ne permet pas à la Pensée de se détourner de cet objet.

La Concentration de la Pensée joue un rôle extrêmement important dans toutes les

grandes circonstances de la vie. C'est par elle que tous les hommes et femmes à succès ont pu atteindre leurs buts.

Elle est naturelle chez quelques rares individus ; les autres ont besoin de la développer.

Le Génie et même les grandes facultés de l'esprit sont constitués par la puissance de la Concentration. Un morceau de bois constamment, exposé au soleil le plus ardent ne s'enflamme pas ; mais, si on interpose entre la surface du bois et le soleil, une lentille convexe, de telle façon que son foyer corresponde à un point, de cette surface, on voit, bientôt, ce point noircir, fumer et s'enflammer. La Concentration nous représente la lentille localisant exclusivement notre énergie mentale sur l'objectif que nous désirons atteindre.

Celui qui sait concentrer sa pensée et la diriger vers le but qu'il veut atteindre sans la laisser dévier, sans

rien perdre, décuple, de ce fait seul, sa puissance et ses moyens d'action. En se livrant quotidiennement, à des exercices spéciaux ayant pour but de concentrer sa pensée sur son objectif sans la laisser divaguer ; on se soustrait aux distractions qui sollicitent constamment l'esprit, et on déclenche des forces intangibles qui amènent à atteindre ses objectifs plus facilement.

Afin de vous mettre en état de lutter contre cette tendance moderne à gaspiller ses pensées, vous devez contracter l'habitude journalière de pratiquer certains exercices afin de maintenir votre attention, concentrée sur vos objectifs. Vous découvrirez ces exercices dans les lignes suivantes.

Seules les personnes capables de concentrer leurs pensées sur un but précis sont celles qui réussissent le mieux dans la vie. L'homme qui est en état de penser d'une manière suivie, claire et précise est celui qui saura se frayer son chemin, malgré tous les obstacles qu'il aura rencontrés.

LE SOUHAIT:

Un souhait, c'est le désir de voir un événement potentiel se produire. Il existe deux grands types de souhait :

fantasme et **objectif**.

• **Le FANTASME :**

C'est un désir vague. Un événement potentiel qu'on aimerait bien voir se réaliser ; mais le désir n'est pas assez intense pour nous pousser à faire délibérément quoi que

ce soit pour sa concrétisation. Il y a moins de 5% de chance que ce type de souhait se réalise.

La chance de réussite n'est pas nulle pour la simple raison qu'il est possible qu'on fasse sans s'en rendre compte ce qu'il faut faire pour réussir.

A titre d'exemple, pensez aux gagnants de loterie. La plupart d'entre eux pensent que leurs gains sont dû au hasard ; mais rien n'est plus faux.

Il n'y a pas d'effet sans cause.

C'est juste qu'ils ignorent ce qu'ils ont fait pour mériter ces gains. La preuve est que de nombreuses personnes ont utilisé des techniques de concentration de la pensée pour gagner régulièrement de grosses

sommes d'argent à la loterie.

- **OBJECTIF** :

Un objectif est un souhait précis ; un désir fort, quasi obsessionnel. Un événement potentiel qu'on voudrait voir se réaliser avant une date précise, et pour lequel on s'engage

volontairement dans des actions susceptibles de mener à sa réalisation. Il y a plus de 50% de chance que ce type de souhait se réalise. La probabilité d'un échec éventuel n'est pas nulle pour la simple raison qu'il n'est pas impossible que celui qui travaille assidument pour atteindre un but précis détruise toutes ses

chances de réussite par la manie d'entretenir des pensée négatives.

D'où l'importance de toujours rester positif ;

quelques soient les conditions. (Vous découvrirez, dans les lignes suivantes, des astuces simples dont la mise en application vous permettra de pouvoir rester toujours positif, quelque soient les circonstances.)

IMPORTANCE DE SE FIXER DES OBJECTIFS.

"SI VOUS VOULEZ ETRE HEUREUX, FIXEZ UN OBJECTIF QUI COMMANDE VOS PENSEES, LIBERE VOTRE ENERGIE, ET INSPIRE VOS ESPOIRS. "

(Andrew Carnegie)

Personne n'a réussi sa vie sans s'être fixé une série d'objectif et réussir à atteindre progressivement chacun d'eux. Avoir un objectif canalise notre énergie mentale et la focalise sur une destination

précise. La différence principale entre les personnes à succès et les autres réside dans le simple fait que les premiers se fixent des objectifs et font le nécessaire pour les atteindre pendant que les seconds se répètent tout le temps : “**Que la volonté de Dieu soit faite !**”.

Des études scientifiques ont prouvé que les personnes qui ont toujours au moins un objectif qui occupe toute leur attention vivent plus heureuses et plus longtemps ; autrement dit, si vous désirez vivre heureux et très longtemps, commencez par vous fixer des objectifs.

Rappelons qu’il y a néanmoins quelques inconvénients inévitables. En effet, ceux qui ne savent pas comment obtenir ce qu’ils désirent, et ceux qui sont persuadés qu’ils n’ont aucune chance de réussite, sciemment

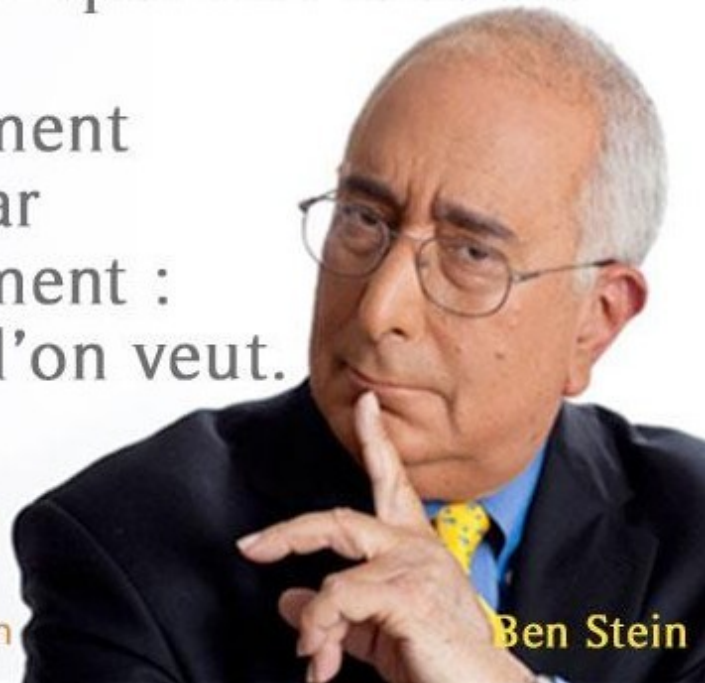
ou inconsciemment, feront tout ce qui est en leur pouvoir pour vous empêcher de réussir. Votre entêtement et votre réussite vous vaudront alors quelques détracteurs. La raison est la suivante : s'ils ne réussissent pas à vous faire abandonner votre but, ils se consoleront en essayant de détruire votre image. Rien de nouveau avec cette attitude.

Tous les grands hommes de l'histoire, sans exception, ont tous connu des détracteurs. Mais s'ils ont néanmoins réussi à atteindre les buts qui leur tenaient à cœur, c'est qu'ils ne se sont pas laissés distraire par ces fainéants.

COMMENT SE FIXER DES
OBJECTIFS.

Pour obtenir ce que l'on veut de la vie,
il faut absolument commencer par le commencement : savoir ce que l'on veut.

parcoursduloupblanc.com



Ben Stein

La jalousie et les objectifs.

**"LA JALOUSIE EST COMME UN ACIDE
QUI ATTAQUE D'ABORD LE CŒUR DU
JALOUX LUI-MÊME POUR ATTEINDRE
ENSUITE CELUI QU'IL JALOUSE."**

OSTAD ELAHI

- Autismopolis -
PhotoGrid

Il est sans conteste que la jalousie est l'un des sentiments négatifs les plus dangereux qu'il faut éviter à tout prix. Mais, puisque rien n'est entièrement bon ni entièrement mauvais, elle ne fait pas non plus exception à cette règle.

En effet, elle peut être très utile dans le processus de fixation des objectifs.

Si une personne vous inspire de la jalousie, c'est parce que inconsciemment vous désirez être comme elle ou avoir quelque chose qu'elle possède. Au lieu d'entretenir des pensées malsaines à son égard ; qui sont susceptibles de vous amener, in fine, à vouloir lui nuire, fixez-vous plutôt l'objectif de devenir comme cette personne ou de vous procurer l'objet de votre convoitise ; non en lui prenant le sien de force mais en travaillant (rappelez-vous toujours que seul le travail mental compte) pour l'obtenir dignement et légalement. Gardez toujours à l'esprit qu'il y en a et qu'il y en aura toujours assez pour tout le monde.

- Supposons que l'un de vos collègues a obtenu une promotion et, sans forcément le vouloir, vous le jalousez. Dans une situation pareille, la meilleure des choses

que vous pouvez faire pour vous-même est de vous fixer l'objectif de vous faire promouvoir à un poste semblable.

- Supposons que vous êtes un apprenant et vous êtes jaloux des résultats de l'un de vos camarades de classe ou de promotion. Désormais, que votre objectif soit de devenir le 1^{er} de classe ou le major de promotion.
- Si vous êtes jaloux parce que l'une de vos connaissances a acquis un bien matériel, sachez qu'il était temps pour que vous l'achetez aussi. Fixez-vous l'objectif d'acquérir cet objet.
- Si vous vous sentez mal parce que l'un (e) de vos ami(e)s s'est marié (e), fixez-vous l'objectif de rencontrer votre âme sœur.

(Témoignage n°2)

TRANSFORMEZ VOS PROBLEMES EN OBJECTIFS !



Un problème, c'est une situation inconfortable ; et à tout moment tout le

monde fait face à au moins une de ces situations. Pendant que certaines personnes prennent ces situations pour de la fatalité et les laissent les dominer, d'autres ont compris qu'il ne s'agit que d'une difficulté qu'il faut résoudre pour obtenir un meilleur résultat ;

ou d'une situation instable et dangereuse exigeant une décision. La meilleure des décisions à prendre est de transformer ce problème en objectif. Transformer le problème en objectif est le moyen par lequel il peut être résolu pour laisser place à une situation agréable.

COMMENT ?

Les Etats-Unis d'Amérique étaient sous la colonisation britannique. Des personnes comme John Adams, Georges Washington et bien d'autres

ont pris la situation de leur région comme un problème personnel ; mais au lieu de s'apitoyer sur leur sort et d'accuser le ciel et la terre d'être les responsables de leur mauvaise étoile, ils se sont fixé un objectif : faire de leur région, non seulement un pays libre et souverain, mais en plus, le plus puissant au monde.

Ils y sont parvenus ; et la situation géopolitique actuelle des USA démontre non seulement l'importance mais aussi la puissance de la capacité à transformer ses problèmes en objectifs.

Pendant que j'étais encore au collège, jusqu'à un moment donné je n'étais pas aussi connu que je voulais.

Cette situation a véritablement commencé par m'indisposer. Je me suis alors fixé l'objectif de devenir le délégué du collège c.-à-d. le responsable des responsables de classe chargé de représenter les élèves auprès de l'administration du collège. Certes, c'est un poste presque non lucratif ; mais la majorité des élèves souhaite l'occuper. Grâce à l'application de la méthode

(confère les pages suivantes), j'ai réussi à me faire élire ; et en étant désormais le premier délégué du collège, je suis devenu l'élève le plus célèbre de celui-ci.

Transformez vos problèmes en objectifs ;
ensuite utilisez **la méthode**

(l'**AUTOPROGRAMMATION MENTALE**)

pour atteindre ces objectifs. Cette méthode accomplit des miracles.

- Supposons que vous n'avez pas la voiture

que vous désirez. Cette situation vous indispose-t-elle ? Transformez-là en objectif. Fixez-vous l'objectif de vous l'acheter.

- Supposons que vous n'avez pas votre propre maison. Si cette situation vous cause des soucis ? Fixez-vous l'objectif d'en acheter une.

- Etes-vous apprenant ? (Élève/ étudiant)

Si vous n'êtes pas fier de vos performances académiques actuelles, fixez-vous l'objectif de devenir le meilleur.

Quel que soit le problème qui vous embête actuellement, transformez-le en objectif; et si vous appliquez **la méthode** avec une rigueur sincère, vous atteindrez cet objectif de la manière la plus simple et la plus naturelle possible.

VOUS AVEZ TOUT CE DONT VOUS AVEZ
BESOIN POUR ATTEINDRE CHACUN DES
OBJECTIFS QUE VOUS VOUS ETES FIXE.

Une forte volonté et une bonne méthode
: voilà tout ce dont vous avez besoin
pour réussir.

La Volonté.

Seule une forte volonté de réussite peut
vous permettre d'adopter la méthode dont
il est question dans cet e-book, malgré
la résistante typique à l'adoption de toutes
nouvelles idées, et surmonter l'envie d'
abandonner qu'engendrent l'ennui et le
manque de persévérance.

La Méthode :

Seules les méthodes capables de vous
amener à concentrer votre énergie mentale
sur l'accomplissement de vos objectifs

peuvent vraiment vous amener à y arriver. Le reste n'est que du bavardage.

Celle que vous présente cet ebook est la plus simple et la plus efficace qui soit.

LA METHODE

Il s'agit d'une méthode très simple. Tellement simple que certaines personnes pourraient la considérer, à tort, comme puérile. Mais, la vérité est que personne ne peut réussir, ni dans les études, ni dans la vie réelle sans en faire usage, et personne n'a connu de grand succès sans l'adopter. C'est une méthode simple mais très puissante. Appliquée avec rigueur et discipline, elle donne des résultats miraculeux.

Il s'agit de *l'auto programmation mentale.*

Vous venez de lire les 24 premières page de l'e-book.

Nombre de page restant: 62

Les chapitres restants:

8- L'auto programmation mentale.

8-1- Avantages.

8-2- Les phrases d'auto programmation mentale.

8-3- Récapitulatif.

9- Quelques témoignages sur l'efficacité de la méthode pour vous aider à passer à l'action.

10- Note de l'auteur.

11- N'abandonnez jamais !

- Si ce que vous venez de lire vous intéresse, nous vous conseillons d'acheter l'e-book pour avoir accès aux chapitres restants.

Prix de l'e-book: 5000 FCFA.

NB: Vous pouvez l'acheter maintenant à 1000 FCFA au lieu de 5000 FCFA.

Écrivez-nous via telegram (+229 53357415) ou Whatsapp (+229 69270242) pour avoir le lien de téléchargement.

Après le paiement :

- Vous pouvez télécharger le livre autant de fois que vous le voulez.
- Comme vous l'avez sur votre téléphone, vous pouvez le lire où et quand vous le voulez.