



# Votre 1ère Conversation avec Dieu

*Un guide pratique pour passer  
de la lecture à l'expérience*

Par Jean-Philippe

[conversations-avec-dieu.fr](http://conversations-avec-dieu.fr)

# Oui, c'est possible (même pour vous)

Vous avez lu les livres de *Conversations avec Dieu*.

Peut-être que vous vous êtes dit : *"C'est magnifique... mais ça, c'est pour Neale Walsch. Pas pour moi."*

Peut-être que vous pensez :

- « Je ne mérite pas de parler à Dieu »
- « Mon mental est trop fort »
- « Qui suis-je pour croire que Dieu va me répondre ? »

Je comprends. J'ai eu exactement les mêmes pensées.

*« Je parle à chacun. Tout le temps. La question n'est pas à qui Je parle, mais qui écoute ? »*

— Neale Donald Walsch, *Conversations avec Dieu, Tome 1*

Vous voyez ? Dieu vous parle **DÉJÀ**.

En ce moment même. Dans vos pensées, vos intuitions, les « hasards » de votre journée, les fameuses « synchronicités ».

La seule différence entre Neale et vous ?

**Il s'est mis à ÉCOUTER consciemment, avec son coeur. Et à NOTER ce qu'il recevait.**

C'est exactement ce que vous allez apprendre dans les prochaines pages.

## Mon expérience

*Les choses se sont faites beaucoup plus facilement que ce que je croyais au début. J'avais des attentes particulières, je pense : une grosse voix venue du ciel, ou bien des trompettes accompagnant chaque expression divine... La réalité a été beaucoup plus simple, fluide et spontanée. J'ai commencé par écrire ce qu'il se passait pour moi, puis de plus en plus mes pensées par rapport à une situation, puis des questions. Au début, je m'arrêtais là. Aux questions. Et, une fois, j'ai eu l'élan de continuer à écrire après la question. Comme si je me rendais compte que j'avais déjà la réponse et que je n'avais qu'à l'écrire. J'ai pris l'habitude de le faire. Et c'est en relisant plus tard ces réponses, que j'ai senti en elles une énergie et une sagesse différente.*

### **Ce guide contient :**

- ✓ Les 3 étapes pour votre 1ère conversation
- ✓ Une technique simple pour calmer le mental
- ✓ Un exercice guidé à faire aujourd'hui

**Temps nécessaire : 8 minutes seulement.**

*Prêt ? Tournez la page.*

# Les 3 Étapes

## pour Votre 1ère Conversation

1

### Préparer l'Espace

(2 minutes)

Il ne s'agit pas d'un espace physique, mais de votre espace **INTÉRIEUR**.

#### Comment faire ?

##### 1. Trouvez un endroit calme

Pas besoin d'une pièce silencieuse. Juste un moment où vous ne serez pas dérangé.

##### 2. Technique du Moment Présent

Fermez les yeux. Respirez profondément 3 fois.

Puis, posez-vous cette question :

« À quoi suis-je en train de penser ? »

- Cette simple question arrête le flux mental.
- Vous entrez dans le silence intérieur.
- C'est ici que Dieu peut vous parler.

##### 3. Préparez de quoi écrire

Journal, carnet, notes téléphone... peu importe. L'important : pouvoir noter immédiatement.

#### Pourquoi écrire ?

- L'écriture ralentit le mental
- Elle ancre les réponses
- Elle vous permet de relire (c'est essentiel, c'est là que la surprise vous attend !)

## 2


### Poser Votre Question

(1 minute)

Pas besoin de formulation parfaite. Juste une intention claire.

#### Exemples de 1ères questions :

- « Que dois-je savoir en ce moment ? »
- « Guide-moi aujourd'hui »
- « Aide-moi à voir cette situation avec tes yeux »
- « Merci de clarifier ma prochaine étape »

 **ASTUCE :** Formulez en pensée OU écrivez-la.

Personnellement, j'écris. Ça m'aide à sortir de ma tête et à poser l'intention de façon plus concrète et précise.

# 3

## Écouter et Écrire

(5 minutes)

C'est ici que la magie opère.

### Comment recevoir la réponse ?

#### Lâchez prise sur :

- La forme (différents canaux sont possibles !)
- Le timing (ça peut venir maintenant OU dans la journée)
- La réponse spécifique (Dieu répond rarement par « oui/non »)

#### Restez à l'écoute de :

- ✓ Une impression qui monte
- ✓ Une idée qui « vient »
- ✓ Un sentiment de clarté soudaine
- ✓ Une phrase qui résonne dans votre tête

### RÈGLE D'OR

### Écrivez SANS CENSURE

- Même si ça vous semble bizarre
- Même si vous pensez « c'est juste mon mental »
- Même si vous avez des doutes
- Même si jugez négativement ce que vous écrivez dans l'instant avez des doutes

### NOTEZ TOUT.

Peu importe les fautes, vous corrigerez et vous trierez plus tard (à la relecture).

## ATTENTION AUX ATTENTES

La réponse peut aussi venir :

- Sous la douche demain matin
- Dans une conversation entendue
- Sur un panneau publicitaire
- Dans une chanson à la radio

Dieu parle de multiples façons. Restez ouvert.

**Maintenant, passons à la pratique →**

# Votre 1ère Conversation

## Exercice Pratique

Imprimez cette page ou recopiez dans votre journal.

Prenez 8 minutes. C'est parti.



Date : \_\_\_\_\_



### ÉTAPE 1 : Moment Présent (2 min)

Respirez profondément 3 fois.

Posez-vous : « À quoi suis-je en train de penser ? »

Si besoin, écrivez la pensée qui vous vient, puis la suivante, puis la suivante...

Quand le mental se calme, cochez :



### ÉTAPE 2 : Ma Question (1 min)

Écrivez votre question ou intention :

Exemples si vous hésitez : « Un message pour moi pour ce moment ? » • « Guide-moi pour ma journée »



### ÉTAPE 3 : Ce qui Vient (5 min)

Écrivez SANS CENSURE tout ce qui vous vient.

Pensées, impressions, idées, sentiments... Même si ça vous semble « bizarre ». NOTEZ TOUT.

*[Si besoin, continuez au dos de la page ou dans votre journal]*

### **RELECTURE (plus tard dans la journée ou demain)**

Relisez ce que vous avez écrit avec un regard neuf. Comment vous sentez-vous en relisant ?

Y a-t-il une phrase qui résonne particulièrement ?

### **ASTUCE**

Dans l'instant, ça peut ne pas avoir de sens. C'est normal. Souvent, c'est à la relecture (ou dans les jours suivants) que le message devient clair. Gardez cette page. Relisez-la dans 3 jours.

Vous serez surpris.

# Et Maintenant ?

Félicitations ! 🎉

Vous venez de franchir un cap que peu osent faire.

Vous ne lisez plus seulement ces "Conversations avec Dieu".

**Vous en faites l'expérience.**

*« Ces dialogues sont continuels. Tout comme ceci est en train d'arriver, ici même, en ce moment. »*

— Neale Donald Walsch, *Conversations avec Dieu, Tome 3*

Une première conversation, c'est magnifique.

Mais comment **ancrer cette pratique** ?

Comment en faire une **habitude quotidienne** ?

C'est exactement pour ça que j'ai créé :

## Parcours

### « 7 Jours pour Dialoguer avec Dieu »

Un parcours progressif pour transformer  
votre 1ère conversation en pratique régulière

#### CE QUE VOUS RECEVEZ :

- ✓ Vidéo d'introduction avec Jean-Philippe
- ✓ Audio méthode complète (30 min)
- ✓ PDF récapitulatif téléchargeable
- ✓ Checklist de discernement (ego ou guidance)
- ✓ Parcours email 7 jours avec pratiques quotidiennes

Prix normal : 27€

**Prix de lancement : 9€**

→ **[ACCEDER AU PARCOURS DE 7 JOURS](#)**

<https://formation.conversations-avec-dieu.fr/dialogue-confirmation-b993bf34>

#### **Vous préférez continuer seul avec le mini-guide ?**

Parfait aussi ! Voici comment rester en contact :

 **Pensées Quotidiennes** (du lundi au vendredi)

→ Inscrivez-vous : [www.conversations-avec-dieu.fr/](http://www.conversations-avec-dieu.fr/)

 **Réseaux Sociaux**

→ [Facebook](#) • [Instagram](#) • [YouTube](#)

---

**Quel que soit votre choix, rappelez-vous ceci :**

**« Dieu vous parle déjà.  
La question est : écoutez-vous ? »**

Prenez soin de vous,

*Jean-Philippe*

---

**CONVERSATIONS AVEC DIEU**

<https://www.conversations-avec-dieu.fr/>