Copyright © Rhonda Byrne

Le Décryptage de « *The Secret* » et ce que vous devez savoir

Jean-Guy Perraud

Table des matières

« The Secret », un succès phénoménal 3
Le principe de la Loi d'Attraction est simple : 3
Controverses 4
Pour en finir avec les controverses qui ne génèrent que des pensées négatives et polluent notre univers : 5
Le Secret révélé 6
Résumé du Secret 8
« Comment utiliser le Secret ? » 9
Application 10
« Combien de temps faut-il ? » 11
Exercices 11
Pourquoi la loi d'attraction ne marche pas comme vous le voulez ? 12
« Le Secret et l'argent » 14
« Le Secret et les relations interpersonnelles » 15
« Le Secret et la santé » 16
« Le Secret et le Monde » 17
« Le Secret et Vous » 18
« Le Secret et la Vie » 19
La Méthode 20

« THE SECRET », UN SUCCES PHENOMENAL

Tout a commencé avec le DVD « The Secret » en anglais lancé sur internet en 2006 via le site www.thesecret.tv, le bouche à oreille a été incroyable, en quelques semaines des millions d'exemplaires ont été vendus.

Puis vint le livre, les versions sous-titrées puis doublées du film en Danois, Finnois, Hollandais, Français, Allemand, Coréen, Norvégien, Portugais, Espagnol, …

En 2007 le livre est traduit en Chinois, Danois, Finnois, Hollandais, Français, Allemand, Coréen, Norvégien, Portugais, Espagnol, Polonais, Suédois, … et les traductions continuent, Russe, Arabe, Serbe, Turc, Vietnamien, …

Un succès phénoménal, l'auteur Rhonda Byrne, australienne, aurait gagné à ce jour 400 000 000 US$ grâce à « The Secret » et les produits dérivés.

Aux États-Unis, les auteurs sont passés aux émissions Oprah et Larry King Live deux fois, du jamais vu.

Tout le monde en parle, et ce n'est certainement que le début.

Le Secret c'est-à-dire la LOI DE L 'ATTRACTION a été ainsi révélé au monde entier.

Le principe de la Loi d'Attraction est simple :

- ✓ **Nous attirons dans notre vie, toutes les choses auxquelles nous accordons de l'attention, de l'énergie et de l'intérêt, qu'elles soient positives ou négatives,**

- ✓ **En changeant nos pensées nos émotions changent, nos attitudes changent et forcément nos vies, soit positivement, soit négativement.**

Controverses

A chaque fois que quelque chose de « nouveau » apparaît dans ce monde, c'est sujet à controverses.

- Serait-ce de la jalousie (parce Mme Byrne a bien exploité un concept ancestral -cité dans tous les livres sacrés, Bible, Coran, Torah-) ?
- Serait-ce un réflexe de jugement négatif dès que quelque chose de "nouveau" apparaît (ce qui est nouveau c'est le mode de diffusion, internet + DVD) ?
- Serait-ce parce que c'est trop simple pour être « vrai » ?

La plupart des critiques proviennent des intellectuels et scientifiques qui jouent sur les mots : « cette 'loi' n'a rien de scientifique, puisqu'elle ne peut pas être démontrée scientifiquement ». Et oui, elle n'est validée pour l'instant[1] qu'en en faisant l'expérience personnellement.

Une autre controverse hors Etats-Unis est liée au fait que dans le film, on trouve beaucoup trop de références à l'argent, à l'abondance sur son compte en banque, aux belles voitures de sports et grandes maisons avec piscine. Je reconnais qu'il y a là, un côté assez capitalisme américain qui peut énerver certains. Mais cela est surtout dû au problème personnel de relation à l'argent qu'ont les auteurs de ces critiques. Il y a bien des façons de regarder cet aspect des choses dans le film.

Enfin certains appellent tout cela des techniques 'new-age' des années 80 remises au goût du jour : de la « Pensée magique ». Là encore, il s'agit souvent d'un manque d'approfondissement et d'une lecture superficielle ; les sources sont ancestrales et les auteurs nombreux. Non ce n'est pas de la pensée « magique »

[1] Pour l'instant, car par exemple : *Jacques Vallée , Astronome, Ingénieur et Ecrivain* **– « *Ceci est en train de devenir un courant dominant de la physique* » :** Le Docteur Guillemant en France est un physicien du CNRS et dans son dernier livre "*La Route du Temps*", il développe la thèse que les synchronicités sont dues à une double causalité. Nos intentions causent des effets dans le futur qui deviennent les futures causes d'un effet dans le présent. Source : http://www.doublecause.net

mais de la pensée profonde, concentrée et émotionnellement très ressentie, puis traduite en paroles et en actions !

Pour en finir avec les controverses qui ne génèrent que des pensées négatives et polluent notre univers :

- ✓ « **Le Secret** » de Rhonda Byrne ou même « **Le Système Clef Universel du Succès** » de Charles Haanel, dont Le Secret a été tiré, ne sont pas des « Vérités Absolues ».

- ✓ La notion de Vérité Absolue est inaccessible pour l'être humain. Les enseignements de « The Secret » ne sont que des Vérités Relatives et peuvent donc être jugées très utiles ou inefficaces voire nuisibles. Chacun est libre de penser.

- ✓ Ce sont des outils à disposition de tous, et que chacun peut appliquer s'il le souhaite pour réussir sa vie pour lui-même, avec les autres et en harmonie dans le monde.

- ✓ Cela touche le domaine du développement personnel et de la spiritualité.

- ✓ C'est en expérimentant ces outils, en pratiquant la concentration, la visualisation, la méditation que des « miracles » ou « heureux hasards » se produisent. Et la notion de miracle ou hasard est liée à nos références quotidiennes, pas à la loi de l'attraction, qui fonctionne systématiquement.

- ✓ **Pour expérimenter ces outils, il faut apprendre à les utiliser, en suivant une méthode spécifique.**

LE SECRET REVELE

En fait « The Secret », c'est à dire la « Loi de l'Attraction » fonctionne comme Henri Ford, le grand industriel le disait :

"Que vous vous pensiez capable de faire quelque chose, ou que vous vous en pensiez incapable, vous avez absolument raison."

La « Loi » marche dans les 2 cas :

- Si vous voulez quelque chose et que vous croyez que vous l'aurez alors vous ferez tout pour l'avoir et vous l'aurez.
- Inversement : Si vous voulez quelque chose et que vous NE croyez PAS que vous l'aurez OU que vous NE ferez PAS tout pour l'avoir alors vous NE l'aurez PAS.

Maintenant il faut être clair sur ce que veulent dire :

VOULOIR / CROIRE / AGIR

- **VOULOIR** : La plupart des gens ne savent pas ce qu'ils veulent, donc n'obtiennent rien de spécial sinon ce qu'ils ne veulent pas : car bien souvent ils se concentrent plutôt sur ce qu'ils ne veulent pas.

- **CROIRE** : La foi, la détermination, la persévérance sont des valeurs qui permettent de réussir ou de rater, selon la façon dont on les utilise,

- **AGIR** : "Aide-toi, le ciel t'aidera", évidemment qu'il faut agir pour que les choses arrivent.

Pensez-vous que Rhonda Byrne a attendu que ces 400 millions de dollars arrivent tous seuls sur son compte en banque après avoir pris connaissance du “Secret” ?

Et bien non, elle a d’abord cru au “Secret” profondément, elle a visualisé qu’elle voulait le partager au monde et a agi pour rencontrer les experts du domaine, pour trouver un éditeur, un monteur, des web-designers, des spécialistes en marketing, des centaines de collaborateurs, elle a imaginé puis construit son projet étape par étape. Elle a appliqué la loi de l’attraction tout simplement.

Comme tout un chacun peut le faire, quand il commence à PRENDRE CONSCIENCE de sa façon de penser et à l’utiliser de façon utile (pour lui-même, les autres, le monde).

« Puisse Le Secret vous apporter amour et joie
pendant toute votre vie.
Telle est mon intention pour vous,
et pour le monde. »

-- Rhonda Byrne

RESUME DU SECRET

- ✓ Le Grand Secret de la Vie est la Loi de l'Attraction.
- ✓ La loi de l'attraction est une loi de la nature, aussi impartiale que la loi de la gravité.
- ✓ Nos pensées attirent des pensées jumelles grâce à cette loi.
- ✓ Les pensées sont de l'énergie. Elles sont « magnétiques » comme un aimant et ont une fréquence.
- ✓ Tout ce qui est envoyé à l'univers revient à vous.
- ✓ Chacun émet une fréquence avec ses pensées. Pour changer quelque chose dans sa vie, il suffit de changer de façon de penser.
- ✓ Votre vie future dépend de ce que vous pensez maintenant.
- ✓ Ce sur quoi vous vous concentrez le plus se manifestera dans votre vie.
- ✓ Vos pensées créent votre réalité.
- ✓ Tout ce qui survient dans votre vie a été demandé par le biais de vos pensées.
- ✓ La Loi de l'attraction est aussi appelée la loi de l'Amour : la plus grande émotion que vous mettez au service des autres et de vous-même.
- ✓ Vous méritez tout ce que la vie a de bon à offrir.
- ✓ Pour savoir ce que vous pensez, évaluez vos émotions. Vous ne pouvez pas à la fois vous sentir mal et avoir des pensées positives.
- ✓ Les 'déclencheurs secrets' sont des ancrages de vos émotions. Choisissez ceux qui se rapportent à des souvenirs agréables, la nature, votre musique préférée. Ils vous mettent sur la bonne fréquence. Lorsque vous vous sentez bien, vous attirez davantage de circonstances positives dans votre vie.

« COMMENT UTILISER LE SECRET ? »

1. **Demandez** : dites à l'univers ce que vous voulez. Exprimez-le précisément et clairement. Ecrivez-le au présent de l'indicatif de façon très spécifique. Quand c'est très clair dans votre esprit une seule demande suffit.

2. **Croyez** : vous devez croire que vous avez déjà reçu ce que vous avez demandé. Ayez confiance. Croyez et savez que vous l'avez déjà obtenu. Ayez la foi. Au besoin commencez par faire semblant, par jouer comme un enfant à laisser aller votre imagination. Visualisez et croyez. Agissez, parlez et pensez comme si vous aviez déjà reçu ce que vous avez demandé.

3. **Recevez** : ressentez les émotions liées à l'obtention de votre demande : l'allégresse, la joie, la fierté, la satisfaction, l'amour, la paix, le bonheur …

   Il suffit de vous sentir bien maintenant. Vous avez alors des paroles, des gestes et des actions inspirées pour recevoir sans effort particulier. En harmonie dans le courant naturel de la vie.

   Ecoutez votre instinct et vos intuitions. C'est l'Univers qui vous inspire. Vous êtes syntonisé sur la fréquence de réception.

   Tout ce qui a été inventé et créé au cours de l'humanité a commencé par une pensée.

Application

Prenons l'exemple suivant : « Vous devez perdre du poids ». Tout d'abord cette phrase doit être reformulée, car exprimée ainsi vous entretenez l'idée que vous avez constamment besoin de perdre du poids ou maigrir. Ce que, pour une question de survie, le corps ne fera pas, bien au contraire.

Nouvelle formulation : « Je peux manger tout ce que je veux et je ne prends jamais un kilo ». Le poids idéal est celui avec lequel vous vous sentez bien.

1. **Demandez** : Déterminez le poids (X kilos) que vous souhaitez avoir et concentrez-vous sur des images, des photos vous représentant ou représentant quelqu'un avec ce poids.

2. **Croyez** : que vous avez déjà atteint votre poids idéal. Faites comme si. Ne contredisez pas ce que vous avez demandé. Ne regardez pas la balance. Vous faites X kilos maintenant.

3. **Recevez** : vous êtes bien dans votre peau. Vous aimez votre corps tel qu'il est. Vous prenez plaisir à manger chaque bouchée de vos plats.

Note : Dans cet état d'esprit, toutes vos **actions** vont vous amener à trouver votre poids de forme. Vous allez prendre du plaisir à faire de l'exercice et à vous alimenter sainement.

« COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL ? »

Le temps est relatif comme l'a démontré Albert Einstein. Tout arrive simultanément. Tout est déjà là, quelque part.

Le délai d'obtention de vos résultats est dépendant du temps que vous mettez pour arriver à définir ce que vous voulez, puis à croire, à savoir et à sentir que vous l'avez déjà.

Ainsi en théorie, générer un euro ou un million d'euros prend le même temps. La différence vient de votre croyance qu'il est plus difficile, qu'il est plus long d'obtenir 1 million qu'un euro.

Exercices

- ✓ Entraînez-vous à trouver des places de stationnement en appliquant la loi de l'attraction. Mesurez le temps que vous mettez et améliorez le processus continuellement.

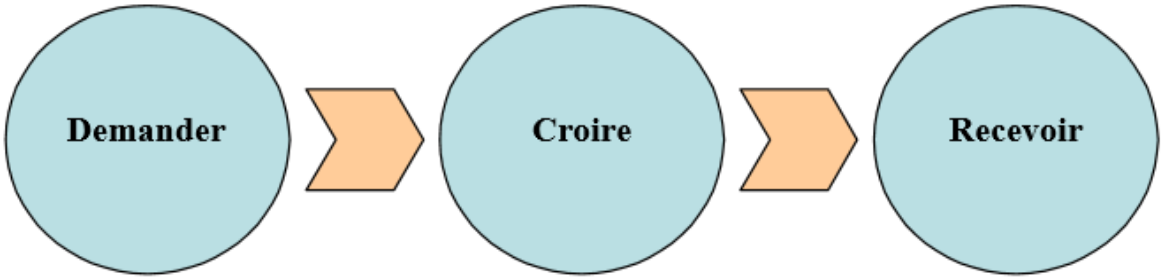
- ✓ Chaque matin, créez votre journée en visualisant précisément ce que vous recevez. Soyez intentionnel. Attendez-vous à recevoir ce que vous voulez et évitez d'anticiper ce que vous ne voulez pas.

- ✓ Chaque soir, si un événement de la journée ne s'est pas déroulé comme vous le voulez, réinventez la façon dont vous auriez aimé qu'il se déroule. Il n'est jamais trop tard pour modifier vos représentations.

- ✓ A chaque instant, visualisez ce que vous voulez, faites l'expérience de la réception, ressentez profondément les émotions associées. Il n'y a pas de sentiment de manque, ni de besoin. Vous sentez que vous avez déjà ce que vous voulez.

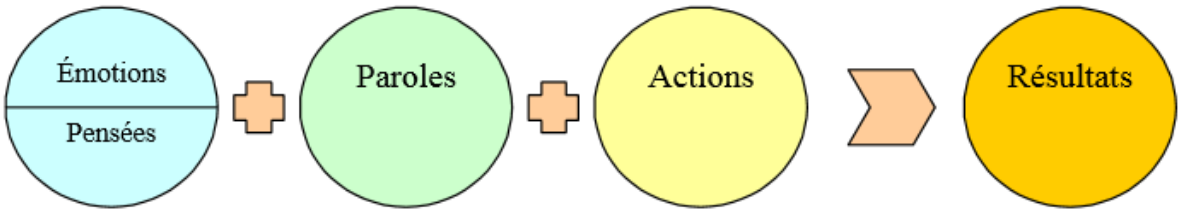
POURQUOI LA LOI D'ATTRACTION NE MARCHE PAS COMME VOUS LE VOULEZ ?

Nous avons le processus :

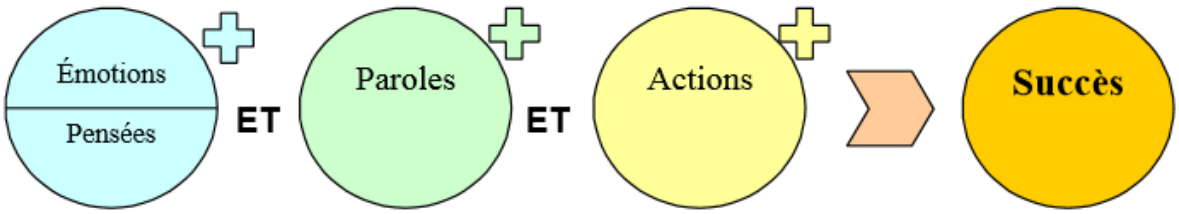


Et les éléments « émotions », « pensées », « paroles », « actions » et « résultat » de la demande.

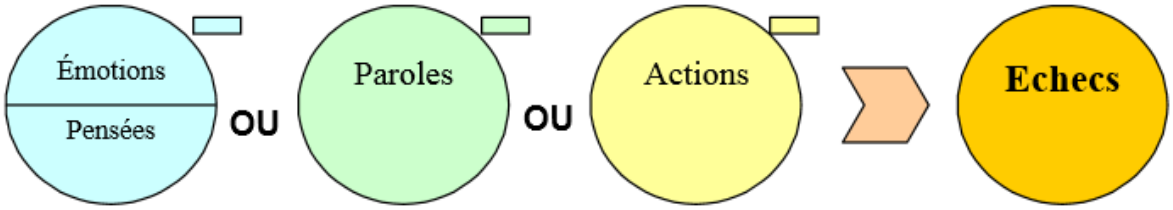
Vos résultats obtenus sont fonction de vos émotions, de vos pensées, de vos paroles et actions :



Quand vous êtes aligné, centré, concentré, présent, vous avez des émotions positives, des pensées constructives, des paroles et vos actions sont constructives et inspirées, vos résultats sont alors des réussites, des succès. Vous pouvez être dans un **état de grâce**.



Par contre :



Si vous êtes perturbé, ennuyé, attaché au passé (émotions de ressentiment, de haine, de vengeance, de regrets, de culpabilité …), soucieux par rapport au futur (préoccupations, anxiété, angoisses, …), vous pensées sont négatives, parasitées et vos croyances limitantes ressurgissent, vos paroles ne sont pas crédibles ou vous n'inspirez pas ceux qui vous écoutent ou vous essayez de manipuler, vos actions sont inefficaces et vos résultats sont alors des échecs.

Solution : Pardonnez aux autres, à la vie, à vous-même, lâchez-prise.

Ou encore si vous faites consciemment des actions *dans le but* d'obtenir quelque chose, vous faites un pas en arrière. Vous n'êtes pas dans le mode de réception. Il y a incohérence entre vos pensées et vos actes.

Solution : Lâchez-prise, visualisez ce que vous voulez, sentez que vous recevez. Remerciez à l'avance.

Enfin si vos paroles sont entachées de jugements, opinions, rumeurs, désengagements, critiques, plaintes, …, vous maltraitez votre être et rendez vos émotions négatives.

Solution : Acceptez et lâchez-prise.

Les « miracles » et heureux « hasards » surgissent quand vous vous sentez bien, vous avez des pensées positives (amour, gratitude, générosité …), des paroles de bienveillance, précises, concrètes, des engagements, des actions constructives.

« LE SECRET ET L'ARGENT »

Focalisez-vous sur la richesse, sur l'abondance pour l'attirer à vous.

Oubliez que vous n'avez pas assez d'argent, que vous en manquez.

Changez de fréquence. Amusez-vous : prétendez être riche.

Imaginez-vous en train de dépenser un gros montant d'argent, ce que vous en ferez et les services que vous rendrez.

Soyez Heureux et sentez-vous Heureux maintenant !

Concentrez-vous sur la prospérité. Ne vous focalisez pas sur les factures mais sur les chèques que vous encaissez.

Quand vous voulez vous offrir quelque chose et que manifestement vous n'avez pas encore l'argent pour vous l'acheter, dites-vous quand même : « J'ai les moyens de me l'offrir » et répétez le jusqu'à ce que les moyens soient là.

Si vous pensez « il faut travailler dur, et c'est difficile de gagner de l'argent », lâchez prise immédiatement.

Remplacez cette pensée par : « L'argent vient aisément et fréquemment ».

Dites-vous « Je vis dans l'aisance » et faites des dons avec plaisir (pas dans le sacrifice). Apprenez à donner pour recevoir (et ne dites pas « je n'ai pas assez d'argent pour en donner »).

Visualisez d'abord ce que va vous procurer l'argent : le bonheur, la paix intérieure, l'harmonie. C'est en premier lieu un travail de l'intérieur puis la prospérité se manifeste à l'extérieur.

« LE SECRET ET LES RELATIONS INTERPERSONNELLES »

« Pour être aimé, … remplissez-vous d'amour jusqu'à ce que vous deveniez un aimant. »
- Charles Haanel

Il est impossible de vous sentir bien si vous ne vous aimez pas. Concentrez-vous sur ce qui est merveilleux à propos de vous, de vos qualités, de vos points forts, de vos talents.

« J'ai parfois envie de m'embrasser. »
- Bob Practor

Alignez vos pensées, vos paroles, vos gestes et votre environnement avec vos désirs.

Comblez-vous, respectez-vous en premier lieu.

Concentrez-vous sur ce que vous aimez chez l'autre, ce à quoi vous êtes sensible et non pas sur ce que vous lui reprochez.

Inventez l'harmonie d'être à deux dans la relation amoureuse et agissez dans ce contexte.

Ressentez l'amour et vivez-le.

« LE SECRET ET LA SANTE »

Guérir par l'esprit peut se faire de façon harmonieuse avec la médecine conventionnelle et traditionnelle.

La médecine conventionnelle contribue à éliminer les douleurs pour permettre au patient de se concentrer sur sa guérison.

L'effet placebo est un phénomène puissant. Quand les patients croient recevoir un médicament qui va les guérir, ils guérissent.

Le stress résulte de pensées négatives enchaînées.

L'amour et la gratitude peuvent éradiquer toutes les maladies. Le rire aussi.

Nourrissez des pensées axées sur la perfection, sur le bien-être, sur la forme physique.

Semez de bonnes graines (pensées positives) dans votre corps.

Pensez que vous voyez clair comme à vos 20 ans, que vous êtes toujours jeune.

Concentrez-vous sur une santé parfaite.

Si vous vous sentez légèrement indisposé, n'en parlez pas. Vous risqueriez de vous sentir encore plus mal.

Si vous écoutez des personnes parler de leurs maladies, faites dévier la conversation sur ce qui marche pour eux et sur leur bien-être.

« LE SECRET ET LE MONDE »

Concentrez-vous sur la paix, sur le bonheur à l'échelle planétaire.

Concentrez-vous sur l'abondance de nourriture.

Arrêtez de lire et d'écouter les mauvaises nouvelles des journaux et télévisions. Les journalistes répondent à la demande de la majorité. Ils changeront lorsque la majorité des gens se concentreront sur ce qu'ils veulent (amour, prospérité, bonheur, éducation, …) et non pas sur ce qu'ils ne veulent pas (conflits, guerres, attentats, faim, …).

Assumez votre propre responsabilité dans ce mode de pensées généralisé et transformez votre façon de penser.

Louangez et bénissez tout ce qu'il y a autour de vous.

Il y a suffisamment de bonnes choses pour tout le monde. La vie est l'abondance.

« LE SECRET ET VOUS »

Vous êtes de l'énergie. Tout dans l'univers est de l'énergie. L'énergie ne peut être ni créée ni détruite. Elle ne fait que se transformer. Votre énergie pure a toujours été et existera toujours.

Certains décrivent l'univers comme Dieu, comme l'Esprit Universel, un esprit unique qui existe en tout, partout en même temps. La somme de toute intelligence, de toute sagesse et de la perfection.

Ainsi toute possibilité existe déjà.

Nous sommes Un, tous connectés, tous partie de l'unique champ énergétique de l'univers, la Conscience Unique, l'Esprit Universel, Dieu, la Source créatrice, choisissez le nom qui vous convient. Un réservoir illimité d'idées.

Quand vous avez des pensées négatives, vous vous dissociez de l'ensemble. Vous vous séparez. Vous créez des comparaisons, des jugements, de la concurrence, des limitations.

Concentrez-vous sur vos rêves, sur vos visions, sur le sens que vous voulez donner à votre vie et cessez de lutter contre la vie, contre les autres.

Vous êtes un être spirituel, vous êtes Dieu dans un corps physique. Vous êtes intelligence, pouvoir, sagesse, harmonie, perfection.

Lâchez prise sur vos problèmes passés. Ce n'est que le passé.

Entraînez-vous à dire JE SUIS … heureux, en pleine santé, intègre, quelqu'un de parole, efficace, complet, parfait, aimant, puissant, en harmonie …

Soyez conscient de vos pensées. Souvenez-vous de vous souvenir.

« LE SECRET ET LA VIE »

Inscrivez sur une nouvelle page de la vie ce que vous voulez.

S'il y reste des bagages du passé, effacez la page. Honorez votre passé pour les leçons et les connaissances acquises et remettez tout ce qui ne vous est pas utile dans le passé.

Apprenez à prendre un nouveau départ sur une page blanche, ici et maintenant.

Soyez heureux et vivez heureux.

Faites ce que vous aimez.

Sentez-vous bien maintenant.

« La vie est un voyage grandiose.
Plus vous utiliserez le pouvoir du Secret
plus vous l'attirerez à vous.
Ce que vous en ferez dépend de vous. »

LA METHODE

« Comment Attirer Prospérité Et Succès Dans Votre vie »

Découvrez la méthode en 12 leçons du
Pack 'Les Secrets de l'Attraction' :

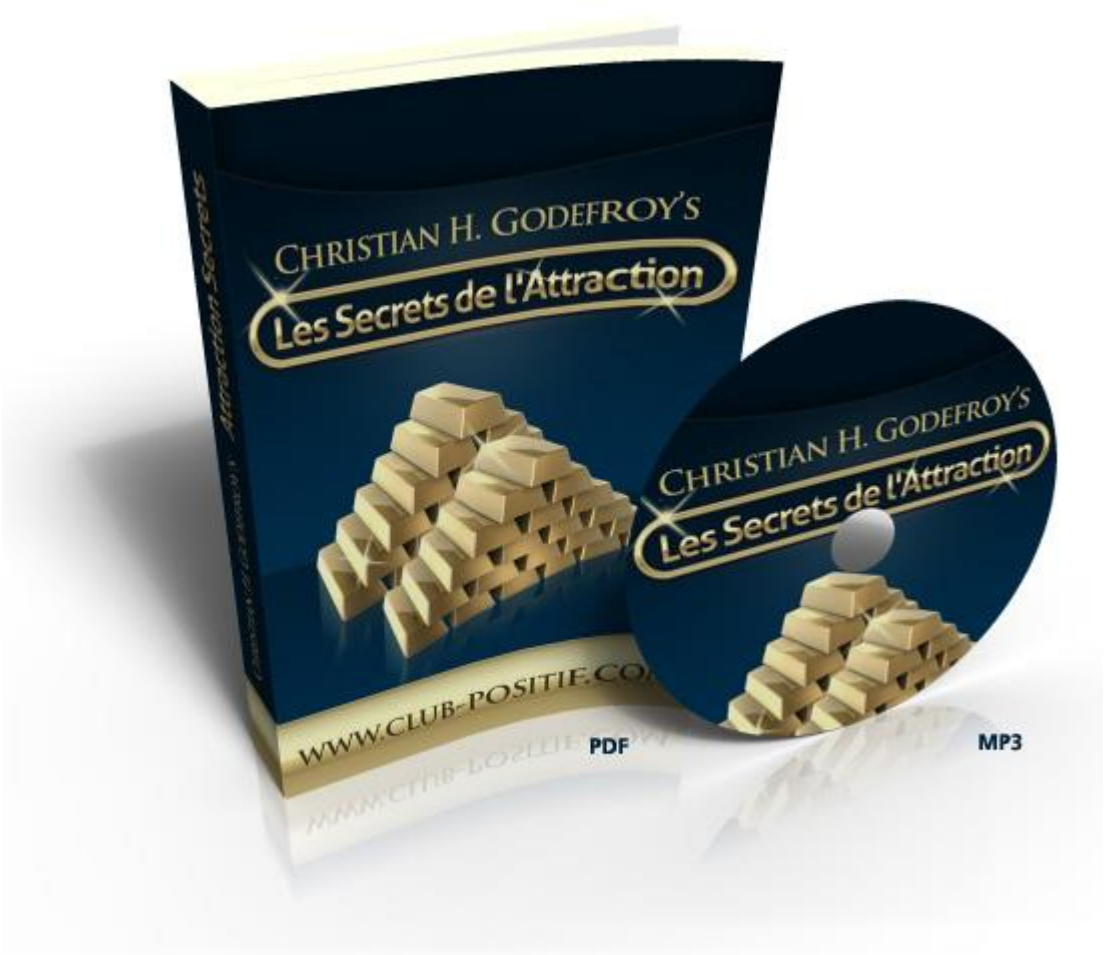


Table des matières

« The Secret », un succès phénoménal 3
Le principe de la Loi d'Attraction est simple : 3
Controverses 4
Pour en finir avec les controverses qui ne génèrent que des pensées négatives et polluent notre univers : 5
Le Secret révélé 6
Résumé du Secret 8
« Comment utiliser le Secret ? » 9
Application 10
« Combien de temps faut-il ? » 11
Exercices 11
Pourquoi la loi d'attraction ne marche pas comme vous le voulez ? 12
« Le Secret et l'argent » 14
« Le Secret et les relations interpersonnelles » 15
« Le Secret et la santé » 16
« Le Secret et le Monde » 17
« Le Secret et Vous » 18
« Le Secret et la Vie » 19
La Méthode 20

© 2008 • Hexalto Editions • Jean-Guy Perraud • www.hexalto-editions.com
• Tous droits réservés et tous pays •

Les références, citations et images « The Secret » de Rhonda Bryne
sont Copyright © 2006 par TS Production Company

Cliquez ici pour découvrir le contenu du
Pack 'Les Secrets de l'Attraction'