

Ginette Hudon

Je peux
J'y crois
Je le fais

La Maison HG

La Maison HG
gihudon@gmail.com

Je peux, j'y crois, je le fais © La Maison HG 2017
Illustration de la couverture © Shutterstock 485321233
Illustrations intérieures © Shutterstock 381743284 et 93079318
Tous droits réservés

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Hudon, Ginette, 1949-

Je peux, j'y crois, je le fais
Comprend des références bibliographiques.
ISBN 978-2-9816566-0-5 (couverture souple)
1. But (Psychologie). 2. Réalisation de soi. I. Titre.
BF505.G6H82 2017 153.8 C2017-940318-4

ISBN version papier 978-2-9816566-0-5
ISBN version PDF : 978-2-9816566-1-2
ISBN version EPUB : 978-2-9816566

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec 2017
Bibliothèque et Archives du Canada 2017

Liste des collaborateurs
Auteure : Ginette Hudon
Correctrice : Ginette Hudon
Infographie : Luc Jacques Compomagny

Je remercie toutes les personnes qui m'ont inspiré ce guide d'action que ce soit par leurs conseils, leur énergie et leurs encouragements.

« Aham brahmasmi » soutra qui signifie que le centre de mon être est la réalité ultime et la source de tout ce qui existe.

L'auteur

Avis aux lecteurs

Il est important d'avoir des objectifs de vie pour réaliser ses rêves.

Voici un outil pour mieux cibler ce qui vous tient à cœur. Il est inspiré de la conférence : ***Demander, Croire et Obtenir.***

Il vous amènera dans un voyage intérieur composé de réflexions, de décisions et de réalisations. Il a pour but de vous faire découvrir vos talents particuliers lesquels font partie de votre potentiel à explorer.

Ce guide d'action vous permettra d'y écrire les prémisses de votre rêve avec ses tenants et ses défis.

Il deviendra une réalité si vous y mettez la foi, l'espoir, les efforts et la détermination.

Tout comme le capteur de rêves, le rêve est l'expression des besoins de notre âme. Il permet de se libérer et il assure notre équilibre. En étant attentifs à nos rêves et en comprenant les symboles qui s'y trouvent, nous saisissons mieux nos besoins intérieurs.

Le but de l'attrape-rêve est de nous permettre de capter nos pensées pour en faire une réalité.

À vous maintenant de croire en votre potentiel et d'attraper votre rêve!

Jour 1

Aujourd'hui, j'ouvre mes ailes pour voler vers mes rêves.



Mes ailes sont invisibles, mais je les sens, là, dans mon dos, bien accrochées, prêtes pour prendre leur envol avec toi.

Toi aussi tu en possèdes. Elles sont certainement aussi magnifiques que les miennes.

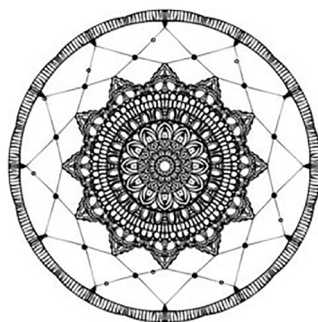
Ha! Tu crains de les ouvrir? N'aie pas peur, je suis là, avec toi. Je vais t'aider à les déployer. Voilà! J'étire les miennes, fais comme moi.

Bravo! Ferme les yeux pour mieux les sentir battre doucement.

Je prends ta main afin que nous puissions voler ensemble vers ton rêve. Fais-moi confiance, car ce voyage sera long, mais si enrichissant pour nous deux. Et si tu me parlais de tes rêves dès à présent, qu'en dis-tu? J'imagine que tu en as plusieurs. Prends ton temps, je ne suis pas pressé.

Mais dis-moi quel est celui qui te tient le plus à cœur de réaliser.

Est-ce celui que tu peux atteindre et qui se mesure dans le temps?



Mes rêves par ordre de priorité sont.

Celui que je veux réaliser est :

Je peux le réaliser d’ici nombre de mois/ nombre d’année

Parce que j’aurai besoin de :

Jour 2

Je me sens libre comme l'air!



Comme nous cheminons vite et bien tous les deux! Ne sens-tu pas la liberté? Une douce caresse de bien-être nous enveloppe, car nous avons ciblé ton rêve.

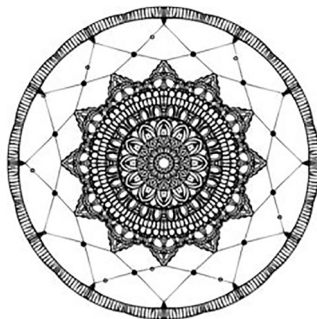
Allez laisse-toi aller, relaxes un peu!

Je suis si heureux de voler avec toi. Nous sommes montés si haut. Quel bonheur de vivre cette deuxième journée ensemble!

Vers quel rêve m'emmènes-tu exactement?

C'est excellent! Je te fais confiance dans la décision que tu as mûrie en tenant compte de tes priorités. Tu as un bon jugement et surtout tu es réaliste.

J'ai hâte d'en commencer l'explorer avec toi. Je vais t'aider à bien l'évaluer, si tu le désires.



Mon rêve au cours de ce voyage est :

Il est atteignable parce que :

Si j'ai besoin d'aide, je demanderai à :

Ai-je besoin de ressources financières? Comment faire et à qui m'adresser?

Ai-je besoin de ressources matérielles? Lesquelles?

Ai-je besoin de collaborateurs? Qui sont-ils? Leur rôle à chacun.

Jour 3

Plus je vole haut, plus je touche à mes rêves.



Voilà plusieurs jours que nous volons ensemble, je te sens fébrile et nerveux, que se passe-t-il?

Ne crains rien, je ne lâche pas ta main.

Vois comme tu voles bien vers ton rêve. Regarde ce que tu as ciblé jusqu'à maintenant pour être en mesure de le réaliser.

Tes ailes te supportent à merveille dans cette envolée, aie confiance en ta réussite.

Il nous reste tant de choses à découvrir ensemble et à réaliser.

Serre ma main, je te guide. Je t'écoute. Comment vas-tu procéder?

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Jour 4

Plus je me fais confiance, plus j'avance vers mon idéal.



Nous avons volé au-dessus des nuages, des obstacles et au-delà de tes peurs.

Commences-tu à te sentir libre et vivant?

J'entends ton cœur battre très fort, cette sensation de liberté nouvelle te surprend et te motive apparemment.

Ne t'affoles pas, je chemine à tes côtés. Tiens! Que dirais-tu de prendre une petite pause? Parfois, il est important de revoir notre cheminement pour mieux repartir.

Ça te va? Alors redescendons un peu dans ce cas et reposons-nous.

Nous reprendrons notre voyage lorsque tu seras prêt et que tu auras évacué toutes tes peurs et tes doutes sur ta capacité de réussir à réaliser ton rêve.

Mes peurs face à mon rêve sont :

Mes doutes sont :

Sur quoi je dois me concentrer pour réussir mon rêve :

Mes obstacles à franchir pour l'atteindre sont :

Les qualités requises ou que je dois développer pour le réaliser sont :

Jour 5

Je possède une graine de réussite en moi pour en faire un champ de blé.



Atterrissons dans ce champ de blé, tout en bas.

Ne vois-tu pas comme il est grand? Observe bien chaque tige de blé. De multiples graines y sont accolées pour en faire ce qu'il doit être.

Parmi tous tes talents, tu possèdes une petite graine appelée **Réussite**.

Il ne tient qu'à toi de la cultiver pour qu'elle devienne aussi grande sinon plus que toutes les tiges de ce champ de blé. Tu as déjà commencé d'ailleurs, car ton intérieur brille de cette étincelle divine que tu possèdes et qui fait de toi un être unique rempli de potentiel.

Je te fais sourire par mes propos? Je peux te confirmer que c'est ton talent particulier qui te permettra de réaliser ton rêve.

N'en doutes pas une seconde.

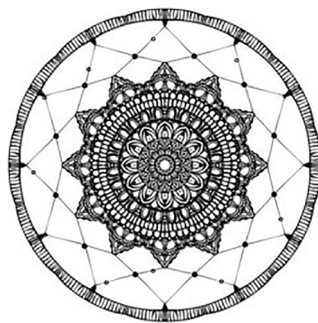
Je le sens vibrer dans ton cœur. Je ressens ta détermination, ta foi et ton courage.

Ce sont d'excellentes dispositions qui te seront indispensables tout le long de ton cheminement.

Maintenant que tu as établi un plan, j'aimerais que tu me dises ce que tu comptes faire pour commencer.

Tu es d'accord? Parfait, je t'écoute.

Pas trop vite, rappelle-toi petit pas par petit pas, ne pas sauter d'étape pour que ce soit une belle réussite dont tu seras fier.



Mon plan de réussite : les objectifs importants et les moyens à prendre :

Jour 6

Je suis le seul maître de ma destinée.



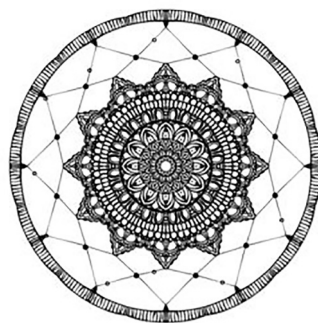
Maintenant que tu m'as fait part de ton plan de réussite, dis-moi, tu m'emmènes vers quelle route?

Bonne question, n'est-ce pas!

Que dirais-tu de marcher un peu dans le chemin que tu viens de choisir?

Il n'est pas toujours facile de mettre en place un plan tel que celui que tu envisages de faire. Prenons le temps de bien le cerner, ensemble.

Je marche à tes côtés avec joie et j'ai bien hâte que tu me parles de comment tu te sens dans cette démarche.



Ce que je ressens d'avoir pris cette décision :

Je continue et les raisons en sont :

J'arrête et les raisons en sont :

Mon rêve est-il toujours réalisable? Pourquoi?

Jour 7

Je saisi les opportunités qui se présentent sur ma route.



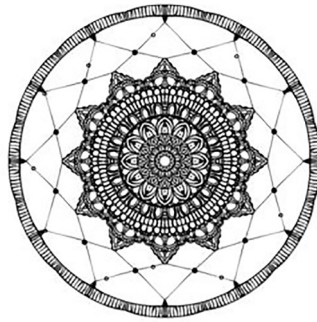
Nous avons beaucoup marché et nous voici rendus à une croisée des chemins. Nous avançons vers la réalisation de ton rêve. Ce moment est crucial pour la poursuite de ce qui te tient à cœur. Est-ce que depuis le début, nous avons pris la bonne direction?

Tu dois y réfléchir avant de continuer. N'oublies pas que tu peux à tout moment changer de direction si tu crois qu'il faut le faire pour que ton rêve soit le mieux pour ton bonheur et ton accomplissement.

Tu démontres une excellente attitude et ta flexibilité est très grande. Tu penses avoir loupé quelque chose? Dans ce cas, reprenons les étapes. Non? Tout va bien?

Je suis ravi de constater ton ouverture au changement.

J'ai eu raison de croire en toi dès notre rencontre. Qu'est-ce qui motive ton choix dans la poursuite de notre destination finale?



Mon choix de route est motivé par :

Les obstacles potentiels qui demeurent sont :

Les moyens pour les franchir sont :

Ce que j’ai accompli jusqu’à maintenant me rend :

Jour 8

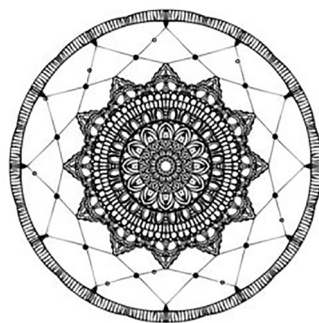
Je fais un pas à la fois et un premier pas vers le changement.



Quel beau cheminement! Inutile de tout bousculer, tu as raison.

Que dis-tu? Tu commences à croire à la petite graine de réussite en toi? Je le sais, je t'admire depuis notre départ. Ta détermination et ton attitude de gagnant me rendent fier de toi.

Ne lâche pas! Je fais les autres pas avec toi. J'apprends à te connaître et à découvrir tout le potentiel que tu possèdes. C'est formidable d'avoir un ami comme toi.



Ce que je connais sur mon potentiel :

Je puise ma détermination et mon courage dans :

Je n'ai plus peur de / Je ne doute plus de :

Jour 9

Je suis brave, doué et fier de moi.

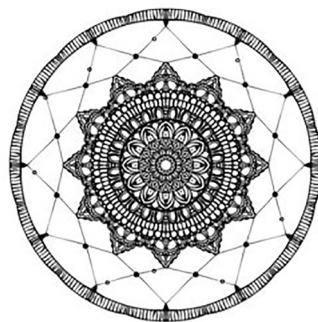


Tu mérites cette étoile d'honneur pour ta bravoure. Félicitations!

Tu sais utiliser à bon escient tout ce que tu possèdes en toi pour opérer le changement que tu es en train de réaliser.

Poursuis sur cette lancée en ayant foi en tes pouvoirs intérieurs. Tu marches sans peurs à la rencontre du bonheur, un peu plus à chaque jour. As-tu remarqué que tes pas sont plus légers et que tu avances avec beaucoup plus d'assurance?

Et si tu me disais comment tu te sens, ici et maintenant? Quel sentiment t'habite?



Aujourd'hui, je me sens :

Ce que j'ai découvert sur moi et dont je suis fier :

Jour 10

Je me rapproche de l'endroit où je veux être demain dans ma nouvelle vie.



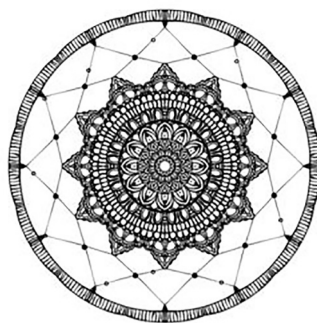
Quel bonheur que de t'accompagner sur ta route. Encore quelques pas, nous arriverons bientôt.

Puis-je te dire que j'ai remarqué que tu prends de plus en plus conscience que tu es le maître de ta vie?

A voir ton sourire, mon observation est juste. Je t'ai bien accompagné jusqu'à présent.

Tout dépend de toi maintenant. N'oublie surtout pas de te répéter dans tes moments de doutes que la vie te soutient, car tu es né sous une bonne étoile, tu es audacieux et j'aime cela.

Tu marches si rapidement et avec confiance que je suis curieux de connaître le pourquoi de ton bel enthousiasme.



Je suis audacieux et la vie me sourit parce que je :

Jour 11

Je suis comme une belle rose, je m'épanouis à la vie.



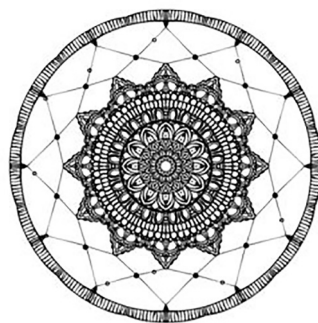
La vie t'offre un beau cadeau.

Tu as saisi les signes envoyés par l'Univers tout au long de notre voyage.

Le divin en toi s'est manifesté comme il se devait de l'être. Ton regard est si brillant à toutes les beautés que ta vie recèle.

Tu as su faire pousser un champ de roses, mon ami à l'exemple du champ de blé de tout à l'heure. Il est magnifique et si odorant, il est le parfum de tous tes efforts rassemblés, de toutes tes peurs annihilées, de tous tes doutes disparus et de toutes tes craintes envolées.

Comme je te sens heureux et dégagé! La vie t'ouvre ses bras pour que tu puisses y cueillir ce qui t'appartient, tu es devenu une rose unique.



J'ai semé un champ de roses avec :

Je suis comme cette rose unique parce que :

Jour 12

Je suis une belle personne à l'intérieur et aussi à l'extérieur. J'assume qui je suis.



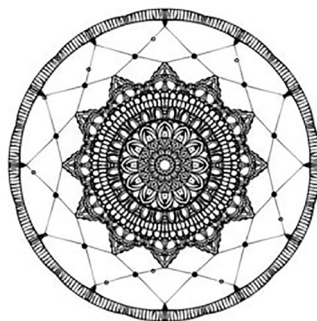
Tu es ce que tu dois être depuis le premier jour de ta vie. Tes efforts ont été reconnus par tous. Tu mérites ce qui t'arrive et tu mérites d'aimer et d'être aimé.

L'abondance arrive dans ta vie sous toutes ces formes. C'est magnifique!

Tu es sur le bout du tremplin, prêt à sauter dans la joie et le bonheur. WOW!

Je te félicite mon ami, quel beau voyage qui malheureusement pour moi est sur le point de se terminer.

Mais pour toi le travail continue. Ce qui signifie que tu devras continuer à développer ton potentiel et que tu pourras réaliser un autre rêve, car maintenant tu possèdes les outils pour le faire. Ta force, ton assurance et ton désir de te dépasser permettront que tu deviennes plus solide, plus en contrôle sur les événements et les situations. Tes rêves ne seront plus des rêves désormais, mais des réussites.



Voici les changements qui se sont opérés en moi depuis le début :

Niveau physique :

Niveau psychologique :

Niveau émotionnel :

Relationnel :

Je dois continuer à travailler sur :

Les moyens à prendre pour m’améliorer sont :

Jour 13

Tout ce que je ressens rempli ma bulle vibratoire.



Ton énergie attire la joie, l'amour, le positif en toi et autour de toi.

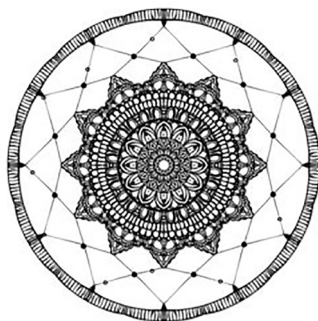
Connais-tu le pouvoir de l'attraction? Il est puissant et à ta portée.

Tu possèdes la force nécessaire pour accomplir des miracles dans ta vie et celle des autres.

Je vois que ta bulle se remplit à vue d'œil, bientôt, elle sera pleine.

J'ai eu raison de croire en toi, mon ami.

Mais dis-moi, que feras-tu lorsque ta bulle sera pleine?



Ce que je compte faire une fois ma bulle pleine pour moi :

Pour les autres :

Jour 14

Je donne avec amour sans avoir d'attentes et sans conditions.



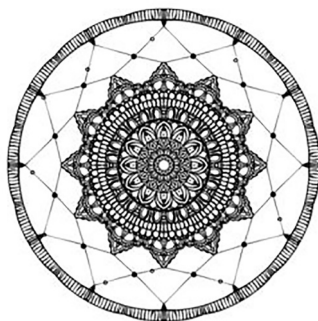
Te voilà rendu avec des ailes bien plus grandes que les miennes. SUPER!

Ton amour inconditionnel a suffi à les faire grandir, car tu aimes avec ton cœur et non avec ton esprit, tu as découvert l'essentiel, le secret des gens heureux, celui qui t'étais destiné. Quelle belle acquisition!

J'aime tant voir ta progression à chaque jour, ta ténacité, ton courage, ta volonté de réussir ta vie. Quelle métamorphose!

Un futur heureux, voilà ce qui t'attend mon ami, car tu seras toujours en pleine possessions de tes capacités et de tes talents.

Ton potentiel s'est développé comme il se devait. Quelle belle réussite et quel beau rêve tu as presque réalisé maintenant. Encore un petit effort pour qu'il soit aussi satisfaisant que tu l'imagines.



Le secret de ma réussite réside dans :

Les buts dans ma vie sont désormais :

Jour 15

J'accueille l'incertain avec confiance et je me détache des résultats.



Nous voici rendus à la fin de notre voyage.

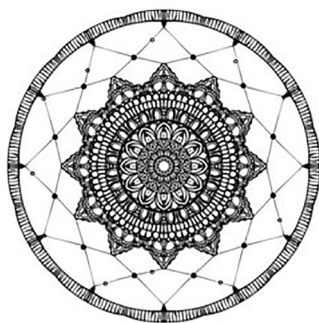
A présent, tu es en mesure de cheminer seul.

N'oublie pas que si tu as besoin d'un autre petit voyage, je suis toujours disponible pour t'accompagner. Fais-moi signe alors!

Avant que nos routes se séparent, n'as-tu pas un message à me transmettre pour mon prochain voyageur?

Que devrais-je lui dire pour l'encourager à voler vers ses rêves?

Pourrais-je lui parler de ta réussite?



Message pour le prochain voyageur :

N'oublie pas mon ami,
qu'il est important de te rappeler
qu'il faut ressentir avec ton cœur,
car il te donnera toujours la bonne réponse puisqu'il est intuitif.

Ton ami pour toujours,

Fin du voyage!

RÉSUMÉ DE LA CONFÉRENCE

DEMANDER, CROIRE ET OBTENIR

Dans notre ADN nous retrouvons 7 lois spirituelles

- La loi de la potentialité et de l'unité
- La loi du don
- La loi du moindre effort
- La loi de l'attraction et du désir
- La loi du Karma
- La loi du détachement
- La loi du Dharma

❖ Pour réussir il faut choisir une direction d'abord.

L'argent ne constitue pas seulement la réussite d'une vie. La réussite est aussi composée de d'autres éléments : avoir la santé, avoir de l'énergie, être en harmonie dans nos relations, acquérir une stabilité émotionnelle ou psychologique, se sentir en paix à l'intérieur de soi.

Puisque nous sommes entourés de divin, le vrai sens de la réussite est de le vivre à chaque instant.

Nous sommes tous uniques et différents. Nous avons chacun nos forces, nos capacités, nos faiblesses. Nous n'avons pas à nous comparer aux autres. Nous avons le pouvoir de réaliser nos rêves, si nous croyons en notre potentiel.

❖ Tout part de soi pour la réussite.

Il est important de lâcher prise, car nous ne pouvons pas tout contrôler dans la vie. Nous devons apprendre à composer avec les impondérables. En lâchant prise, nous atteignons un équilibre qui nous permet d'aligner notre énergie avec celle de l'Univers pour opérer un changement, pour obtenir ce qui nous tient le plus à cœur.

Car ne l'oublions pas, l'Univers entend nos pensées positives, nos images mentales; il les visualise avec nous.

Il nous envoie des signes, des opportunités. A nous de les saisir et de les reconnaître.

Si quelque chose nous interpelle physiquement ou psychiquement, c'est un signe, un message pour nous aider à avancer. Que ce soit un ressenti sur quelque chose ou sur une personne, il s'agit aussi d'un signe.

❖ Les hasards n'existent pas, tout est voulu.

Nous avons la chance d'avoir des guides, des anges, des aides extérieures, ils sont là pour nous, ils attendent que nous leur demandions leur aide.

Tout comme l'enfant qui écrit sa lettre au Père Noël, nous devons lister nos demandes et nos rêves sans restrictions. Ce qui est le meilleur pour nous, nous sera donné.

C'est en demandant avec notre cœur d'enfant que notre taux vibratoire sera aligné avec celui de l'Univers.

Méditer, prendre des moments de silences, admirer la nature, ce sont des moyens pour se connecter à lui. Laissons circuler l'énergie et ne bloquons rien avec des pensées négatives.

Notre potentiel est immense. Il ne tient qu'à nous de le faire grandir pour en faire un champ de blé. Une toute petite graine nommée Réussite ne demande qu'à se développer.

❖ Souhaitons aux autres ce qu'on voudrait recevoir.

Nos choix passés influencent notre présent et nos décisions actuelles génèrent notre futur. Nous avons une dette karmique à payer. A nous de trouver la meilleure solution pour que notre dette soit positive dans notre vie actuelle.

De plus nos actions doivent être motivées par l'amour. Nous devons accepter les choses comme elles le sont dans le moment et non pas comme on voudrait qu'elles le soient. Acceptons les situations, les personnes, les circonstances comme elles se présentent aujourd'hui. Lorsque le moment sera venu, nous aurons le pouvoir de changement.

En ayant de la gratitude, en attirant à soi les bonnes relations, nous pourrions changer les choses.

Lorsqu'une situation nécessite une décision importante, il existe deux questions fondamentales à se poser:

- 1) Suis-je confortable ou inconfortable avec cette décision?
- 2) Serai-je heureux et ceux qui m'entourent, seront ils heureux autant que moi?

Si vous répondez NON aux deux questions, alors faites une pause et réfléchissez aux conséquences ou renoncer.

Votre réponse proviendra de votre plexus solaire : anxiété dans le négatif et bien-être dans le positif.

❖ Le cœur a ses raisons que la raison ne peut connaître.

Il y a toujours une meilleure solution, soyons patients, l'Univers veille sur nous. Les desseins cosmiques sont bien plus grands que ce que nous pensons.

Nous sommes venus sur cette planète avec une mission à réaliser.

Notre ADN applique chaque loi spirituelle grâce à chacune de nos cellules qui bien que différentes l'une de l'autre font le travail qu'elles doivent faire dans une synchronicité parfaite et ce sans se poser de questions¹.

¹ Tiré des enseignements de Deepack Chopra : Les lois spirituelles du succès. Publié le 1 décembre 1984.

Mon calendrier de réussite

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Janvier</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Février</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Mars</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Avril</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Mai</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Juin</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Juillet</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Août</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Septembre</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Octobre</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Novembre</i>		

MOIS	JOUR	Ce que j'ai réussi
<i>Décembre</i>		

Autres livres et conférences de l'auteur

Romans fantastiques

- Trilogie fantastique
- Xanarus tome 1 et 2: Ismelda le continent
- Xanarus tome 3: A venir

Roman amour/érotisme

- Vibrance

Conférence

Demander, croire et obtenir

