

Yoann MERITZA

L'esprit
au-dessus
de la ligne

La vraie puissance
de la loi de l'attraction

*Dédié à mes parents :
Constant Georges MERITZA
(1929-2011)
Josiane MERITZA
(1936-)
et à celle qui partage ma vie
ma compagne Sophie*

Spéciale dédicace :

« - J'ai le sentiment que toute ma vie dépend de cet instant précis. Si je le rate...

- Moi je pense le contraire. Si on rate ce moment, on essaie celui d'après, et si on échoue on recommence l'instant suivant. On a toute la vie pour réussir »

(Boris Vian - « L'Ecume des jours »)

**« Le courage, c'est d'agir et de se
donner aux grandes causes sans savoir
quelle récompense réserve à notre
effort l'univers profond, ni s'il lui réserve
une récompense. »**

(Jean Jaurès)

QUELQUES MOTS SUR L'AUTEUR

Yoann MERITZA est un auteur essayiste spécialisé dans le développement personnel, notamment en PNL (Paramétrage Neuro Linguistique), EFT (Emotional Freedom Therapy), et en Therapie Comportementale et Cognitive. Il s'est fait connaître dans plus d'une vingtaine de pays grâce à sa méthode qui a fait ses preuves, et rassemble de nombreux adeptes de sa philosophie du dépassement de soi. Il est l'auteur de « Succès Garanti » et de « Comment reprogrammer son subconscient ? »

Il est né le 28 mars 1978 à Bonneville en Haute-Savoie et a grandi à Cluses dans ce même département. Il a suivi des études en comptabilité et une formation de collaborateur PME-PMI où il a appris la PNL (Programmation Neurolinguistique). Il a participé à de nombreux stages et séminaires sur la communication et se passionne dans le domaine du développement personnel. Autodidacte dans l'âme, il continue de se perfectionner dans la communication et l'étude de la nature humaine en suivant les traces de nombreux auteurs du même thème tels que Napoléon Hill, Norman Vincent Peal, Florence Scovel Shinn ou le docteur Joseph Murphy.

Il crée sa propre méthode en faisant des synthèses issues de ses nombreuses lectures sur le sujet et amène les lecteurs à une large compréhension du domaine de la croissance personnelle par une approche simplifiée pour une assimilation à tous niveaux, son souci étant toujours la précision du thème choisi et d'apporter aux lecteurs novices des réponses claires et abordables à tous niveaux culturels.

Son père, Constant Georges, décédé le 5 juillet 2011 à l'âge de 81 ans, était un modèle pour lui. Il était ancien combattant d'Indochine, et ancien membre des TOE-GCI, routier dans le civil, fut atteint d'un cancer de la gorge en 1981, il s'est toujours battu et avait cultivé un enthousiasme malgré son handicap, car il a compris à quel point la vie était précieuse et qu'il fallait la vivre intensément. C'était un ancien combattant à la fois pendant la guerre d'Indochine, et s'est battu durant le restant de sa vie. Il a toujours aidé Yoann à se relever et à surmonter les épreuves de la vie.

Yoann a baigné dans cet environnement où il fallait se battre tous les jours, il a toujours essayé d'aller de l'avant quoi qu'il arrive et a tenté de nouvelles expériences.

Il suit une scolarité normale jusqu'en 1993 avant de rentrer en école d'apprentissage à Saint Jeoire où il découvre les métiers d'électricien, de menuisier, de décolleteur et de soudeur, ce qui a fait de lui un « touche-à-tout ».

En septembre 1995, nouveau tournant dans sa vie, il suit un chemin dans le tertiaire en comptabilité au Lycée Professionnel Privé « les cordeliers » à Cluses, où il découvre la bureautique et l'administratif, il apprend également l'informatique de gestion qui lui sert encore aujourd'hui dans sa vie privée. Mais rata son BEP de quelques points.

Sous les conseils de son ancien professeur de comptabilité, il retenta son BEP en 1998, qu'il obtint.

À partir de février 1999 à décembre de cette même année, il effectua son service national à Auxonne en Bourgogne au 511e Régiment du train, puis au 27e BCA à Cran-Gevrier en Haute-Savoie.

Après être sorti de l'armée, il décida de tenter son baccalauréat en comptabilité en candidat libre, il bûcha pendant des mois sur tous les sujets, devint son « propre professeur », encore aujourd'hui, autodidacte dans l'âme, il a su « s'auto coacher », il obtint son diplôme, mais décida de ne pas s'arrêter, se sentant pousser des ailes, il travailla dans l'industrie pour financer ses études par correspondance, ce qui fut pour lui « un gros morceau », tous les soirs à suivre ses cours, mais les résultats furent minces pour lui.

Il entreprit de reprendre des études en session récurrente en 2001, se renseigna auprès de centres de formations et auprès du « Centre d'Information et d'Orientations » (C I O) où il était suivi par une conseillère qui l'aida à remplir les formulaires nécessaires à sa réinsertion en cycle professionnel.

En septembre 2001, il rentra au Lycée Guillaume Fichet, il était alors âgé de 23 ans, quatre années le séparaient des autres élèves, un léger choc générationnel qu'il a su compenser, il s'est très bien adapté à ce milieu, et en juin 2003 il obtint son baccalauréat professionnel en comptabilité.

Il tenta par tous les moyens de passer son BTS, car à 25 ans, il était maintenant trop vieux pour les employeurs, s'agissant d'immersion en milieu professionnel en deux ans. Il essuyait des défaites, mais ne s'avoua pas vaincu. Il suivait quelques séminaires pour de grandes marques automobiles, notamment à Valence dans la Drôme.

En 2004, il saisissait une opportunité en or en suivant une formation de collaborateur PME/PMI à la chambre des commerces et d'industries de Scionzier en Haute-Savoie, il y découvrit la PNL (Programmation Neurolinguistique) où il

apprit les outils pour façonner le subconscient, et diriger la nature humaine.

De 2007 à maintenant, il s'est intéressé aux sujets du développement personnel, du contrôle du subconscient et a lu beaucoup d'ouvrages sur les thèmes de la psychologie et du comportement, il a également suivi des séminaires de coaching. Il suit encore, et assez régulièrement des coachs en développement personnel.

Il est également membre de l'Union Nationale des Combattants (UNC-Alpes), et de l'amicale du 27e BCA.

Sommaire

INTRODUCTION

PARTIE I : LA LOI DE L'ATTRACTION

CHAPITRE 1 : BIEN PRÉPARER SON ESPRIT A LA LOI DE L'ATTRACTION

CHAPITRE 2 : LE MANUEL DE L'ESPRIT

CHAPITRE 3 : LA MATRICE

CHAPITRE 4 : VUE D'ENSEMBLE

CHAPITRE 5 : LES LOIS DE L'UNIVERS

CHAPITRE 6 : L'ENVIRONNEMENT

CHAPITRE 7 : LE DÉTACHEMENT

PARTIE II : MISE EN PRATIQUE

CHAPITRE 8 : CONSEILS POUR QUE LA LOI DE L'ATTRACTION FONCTIONNE

CHAPITRE 9 : POUR ALLER PLUS LOIN

INTRODUCTION

Bonjour à vous amis lecteurs,

Tout d'abord, pour ceux qui ne me connaissent pas encore, laissez-moi me présenter.

Je suis, j'étais et je serai, à la fois un auteur, un acteur, et un spectateur comme tout le monde, et je vous expliquerai plus loin pourquoi je dis ceci.

Je suis Yoann MERITZA, auteur spécialisé en développement personnel, notamment en PNL (Paramétrage Neuro Linguistique), EFT (Emotional Freedom Therapy), et en Thérapie Comportementale et Cognitive. La nature humaine est devenu pour moi une source d'inspiration et l'étude comportementale me fascine, car il y a toujours matière à apprendre, car comme dirait une citation :

« Plus on en sait, et moins on en sait ! »

J'ai déjà fait mes traces dans les réseaux sociaux et je me fais connaître dans plus d'une vingtaine de pays, notamment en France, en Espagne, et au Royaume-Unis, mais ceci fut un long chemin qui n'était pas souvent pavé d'or.

Comme tout le monde ayant débuté dans le domaine de la croissance personnelle et l'étude de la nature humaine, et qui sont devenu célèbres au fil des années, il y a eu un point de départ, ces personnes étaient comme vous, elles étaient comme moi, faisant partie de la masse populaire, mais elles ont su sortir du lot en s'imposant et en croyant fort en leurs rêves, tout le monde a le droit de réussir et méritent une

meilleure vie. Et en tant qu'auteur en développement personnel, je respecte assez ce concept, car je sais d'où je viens.

Des auteurs comme Max Piccinini, Franck Nicolas, Slavica Bobdanov, Jack Canfield, Bob Proctor et tant d'autres sont des personnes que je respecte énormément, car ils sont issus d'un milieu dit « populaire », là où vous en êtes actuellement, mais regardez où ils sont maintenant, ils ont brillamment réussi, et prennent plaisir à partager, tout comme moi, leurs connaissances. Pourquoi n'en serait-il pas de même pour vous ? Cela veut dire aussi que vous doutez de vos capacités, mais vous apprendrez que pour celui qui y croit vraiment, tout est possible !

J'espère que vous-même, vous réussirez à briser les barrières de votre vie, à trouver votre place dans la société, tout comme tant d'autres l'ont fait, c'est le but de cet ouvrage, et je vous donnerai tous les outils nécessaires pour y arriver, mais il faudra travailler de concert, ce que vous allez découvrir est un moyen très puissant pour obtenir tout ce que vous voulez dans la vie, mais il ne s'agit pas d'un livre de magie, il fait appel à du bon sens et des règles qui régissent dans l'univers.

Vous tenez entre vos mains le livre de votre vie et croyez-le ou non, quelque chose vous a mené jusqu'à ces lignes.

Comment pourrais-je définir celui-ci ? Il s'agit d'un recueil rassemblant tous les outils pouvant vous conduire à la réussite sur tous les plans, et être la personne que vous avez toujours voulu être, et d'aller au-delà de vos rêves les plus fous, il détient les clés d'un pouvoir, celui de l'attraction.

Si vous n'y croyez pas un seul instant, rien ne vous empêche d'aller plus en amont de cette lecture, mais il serait dommage de passer à côté de l'opportunité de changer toute votre destinée, d'être « au-dessus de la ligne ».

Bien utilisé, ce livre a un immense pouvoir, vous permettre de franchir des barrières qui vous semblaient impossible à atteindre.

Vous n'y croyez toujours pas ? Laissez-moi vous prouver le contraire au fil des pages, je vous emmène faire un merveilleux voyage à l'intérieur de vous-même, quelque chose se produira, « il va se matérialiser en progressant dans votre lecture ! », mais je ne vous dis pas ce dont il s'agit pour l'instant.

Il n'y a aucune magie là-dedans, tout ce que vous désirez est en train de se produire, en tout temps, je vous expliquerai comment.

Le présent ouvrage vous révélera tout ce que vous devez savoir sur la loi de l'attraction, il a été conçu de telle sorte que vous compreniez en substance les règles essentielles de vie à respecter pour en faire bon usage. Tout ce que vous y découvrirez dépassera toutes vos attentes en apportant des réponses claires sur le sujet, tel est mon objectif en l'écrivant.

Il est le fruit de longues heures de travail de recherches sur le sujet, je pourrais dire qu'il s'agit d'un pur concentré de connaissances, telle a été ma volonté en l'écrivant, c'est de le rendre efficace et il l'est, cela dit, ne vous attendez pas à ce que tout arrive tout seul, il faudra y mettre du votre, je donne les bases de la fondation, à vous de construire ce que vous voulez dessus.

Cependant, je tiens à vous mettre en garde si vous mettez en applications tout ce que vous y découvrirez, il peut affecter votre esprit et votre organisme, ce qui se traduira par des nausées, des migraines, des sautes d'humeur ou des vertiges, car il met en opposition deux types de pensées et de comportements, les vôtres dans sa forme actuelle, et celles que vous désirez. Cela risque de vous chambouler.

C'est un livre qui vous amènera là où vous voulez aller, à la condition de ne pas forcer les événements, tout ce qui doit se produire se produira, et aura un impact direct sur votre quotidien, donc lisez-le tranquillement. Il rassemble de précieuses informations, issues de nombreuses recherches dans le domaine, des anecdotes et des extraits d'articles, il se veut assez complet, du moins pour l'auteur, vous en ferez votre propre opinion.

Comprenez aussi la complexité de réalisation d'un tel ouvrage, de nombreuses heures d'écritures, de reformulations, des litres de cafés, quelques dizaines de stylos usés pour en arriver à un pur concentré (juste deux stylos, je gonfle un peu la chose !)

Point important : au début du processus de transformation, gardez ceci pour vous, n'évoquez en aucun cas ce livre, surtout dans votre environnement actuel, vous êtes encore novices pour la plupart et certaines personnes de votre entourage ne comprendront pas, très peu en phase avec ce type de théories, mais quand les premiers changements vont s'opérer, que vous serez vous-même convaincu que tout ce qui est dit dans le présent ouvrage fonctionne, vous pourrez le partager en masse.

Vous améliorerez les croyances sur vous-même, vous vous sentirez capable d'aller au-delà de vos rêves. Soyez patient, lisez ce livre tranquillement et de grandes vérités vont vous

être révélées, mais tout ce que vous devez savoir, si vous suivez tout ce que vous verrez à la lettre, vous évoluerez à un niveau, franchirez un cran au-dessus, une ligne séparant votre réalité à celle convoitée. C'est l'une des forces les plus puissantes de la nature.

Je ne laisse pas traîner le suspens plus longtemps, et je vous souhaite bonne lecture.

Amicalement

Yoann MERITZA
Auteur spécialisé

PARTIE I :
LA LOI DE L'ATTRACTION

CHAPITRE 1 : BIEN PRÉPARER SON ESPRIT A LA LOI DE L'ATTRACTION

***« Pour atteindre l'objectif final, je me concentre d'abord sur la préparation. »
(David Douillet)***

La loi de l'attraction est l'une des forces les plus puissantes de l'univers, mais très peu savent comment l'utiliser. Tout ce qui est noté dans le présent chapitre fait surtout appelle à du bon sens.

Tel un aimant, elle attire vers vous tout ce que vous désirez dans votre vie, mais il y a des conditions pour que cette loi soit utilisée de façon optimale.

Le jour de l'an de 2017, je me souviens avoir reçu de la part d'une personne que je ne connaissais pas, quelques notes sur un bout de papier, mais j'avoue avoir été tenté par ce qu'il y avait de noté dessus, c'est-à-dire, quelques instructions, et la femme que j'ai rencontrée ce jour m'a précisé que j'allais apprendre à les utiliser de la meilleure façon qu'elles soient.

Une question demeurait quand même en moi : « pourquoi moi ? », qu'est-ce que j'avais de plus qui pouvait me différencier des autres ?

Plus tard, j'ai compris que je n'avais rien de plus que je ne possédais déjà, c'est-à-dire « tout », aussi curieux que cela puisse être dit.

En fait, nous avons tous ce pouvoir en nous. Tout ce qu'il se passe dans notre vie provient d'un seul et même endroit : nous-mêmes !

Les conditions extérieures sont le reflet de notre monde intérieur, et en y réfléchissant, en faisant un enregistrement vidéo de moi-même, j'ai fait une découverte.

En se conditionnant à avoir du recul sur sa propre image, comme si nous voyons une personne étrangère à notre entourage, nous avons ce qui s'appelle « l'oeil extérieur ».

Aussi étonnant que cela puisse paraître, tous les défauts que je voyais chez les autres, je les retrouvais sur cet enregistrement, je me suis mis à faire mon auto-critique. Cela m'a ouvert les yeux sur la personne que j'étais : « C'est donc comme ceci que l'on me perçoit ? »

Je vous invite à en faire l'expérience ! Même si vous ne le reconnaissez pas actuellement, vous avez énormément de défauts, en fait, tout le monde en a, mais aussi, tout le monde aime se mentir.

Bob Proctor, un autre auteur en développement personnel parle d' « attitude », mais ceci est à comprendre au sens large, il s'agit de l'attitude envers nous-mêmes et envers les autres. Le monde qui nous entoure est le strict reflet de ce que nous sommes, les personnes que nous côtoyons, le travail que nous faisons, notre logement et notre manière de vivre, tout est identique, et comme dit le dicton « qui se ressemble s'assemble » !

Ce n'est peut-être pas les conditions que vous souhaitez, mais indirectement, vous les provoquez, je sais très bien que ceci est peu enthousiasmant, mais c'est la triste réalité. Je détaillerai un peu plus loin !