



En savoir plus  
sur Oser Réussir

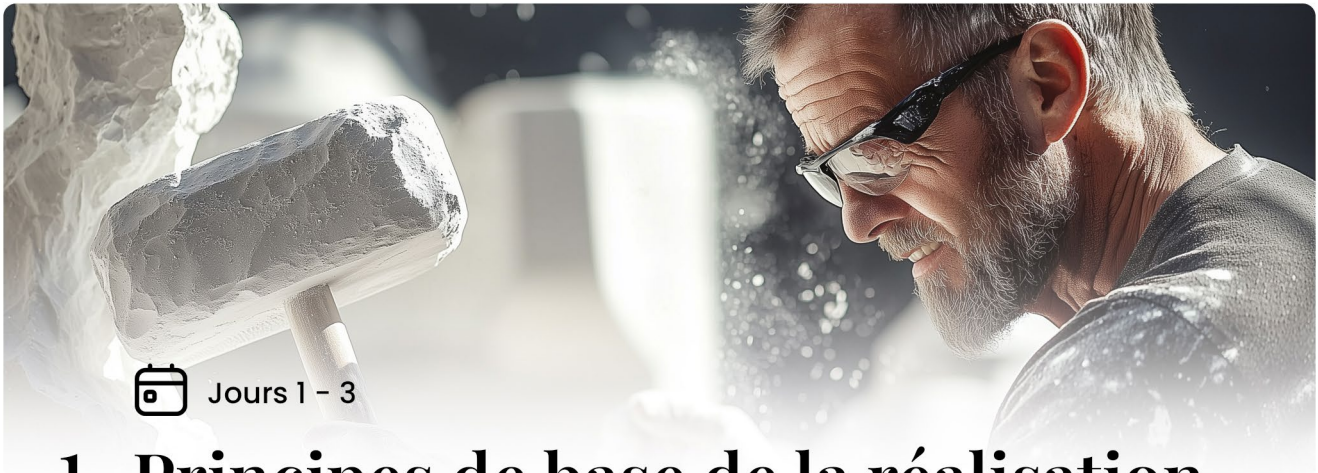
# OSER RÉUSSIR

*"Quand la détermination  
rencontre l'accomplissement"*

PROTOCOLE DÉTAILLÉ







# 1. Principes de base de la réalisation

## 1.1 Le piège du 80/20 inversé

Même dans la concrétisation de projets, il est facile de se perdre en investissant 80 % de son temps et de son énergie dans des tâches secondaires, au lieu de se focaliser sur les 20 % vraiment décisifs.

Ici, vous reprenez le contrôle de votre état d'esprit et de vos priorités, en clarifiant votre intention de projet de manière ultra précise. Vous évitez ainsi la dispersion et placez votre attention là où elle compte le plus.

## 1.2 Le pouvoir de la mécanique de précision

Pour faire aboutir un projet, il est essentiel de reprogrammer ses croyances et son mode d'action. Cette "mécanique de précision" mentale et émotionnelle vous permet de laisser grandir ce que vous désirez transformer dans votre vie. Vous apprenez à créer un environnement intérieur propice à la réussite, où chaque pensée, chaque choix, contribue au succès de votre projet.

## 1.3 Concrétiser en lâchant prise

Dans la réalisation d'un objectif, "lâcher prise" ne veut pas dire abandonner ou baisser les bras. C'est plutôt savoir identifier et relâcher le surcontrôle qui épuise et freine la créativité. Vous découvrez comment lâcher prise de façon claire et pratique : en apprenant à faire confiance à votre démarche, vous avancez plus sereinement et plus efficacement.



Jours 4 - 9

## 2. Construire une vision solide de son projet

2.1

### **S'autoriser encore à rêver pour nourrir son ambition (A.M.E. 1 – Activer sa vision)**

Le rêve est le carburant de tout grand projet, au même titre que l'eau et les aliments nourrissent le corps. Si vous ne vous autorisez pas à imaginer la réussite – ou à devenir la personne capable de l'atteindre – vous risquez de rester à un niveau trop limité.

Ici, vous alignez votre énergie, votre posture mentale et émotionnelle, avec l'objectif professionnel ou personnel que vous souhaitez concrétiser.

2.2

### **Analyse holistique de son temps de vie (A.M.E. 2 – Ancrer une nouvelle version de soi)**

Nos projets ne se développent pas dans un vacuum : ils interagissent avec tous les domaines de notre existence (santé, relations, finances, etc.). Si l'un de ces domaines est déséquilibré, il peut freiner toute la progression. Vous apprenez à ajuster chaque zone de vie pour mieux soutenir votre projet et à sortir de votre zone de confort avec plus de fluidité et d'amour-propre.







- - - - - PROTOCOLE DÉTAILLÉ - - - - -



Jours 4 - 9

## 2. Construire une vision solide de son projet

2.3

### Être clair avec sa grande vision (A.M.E. 3 – Ancrer sa vision)

Il y a la personne que vous êtes aujourd'hui et celle que vous devez devenir pour mener à bien votre projet. Aligner chacune des "couches" de votre être (pensées, émotions, énergies, actions) est indispensable pour ancrer votre vision dans la réalité. À ce stade, votre vision gagne en clarté et commence à s'inscrire dans votre quotidien.





Jours 10 - 16

## 3. Développer sa capacité à réaliser

3.1

### **Prise de conscience de son espace énergétique (A.M.E. 4 – Activer son espace énergétique)**

Notre "espace mental" et émotionnel n'est pas infini : pour accueillir pleinement la concrétisation de votre projet, vous devez libérer les zones saturées par le doute, la peur ou le superflu. En créant de la place pour l'essentiel, vous simplifiez grandement votre parcours et ouvrez la voie à la réussite.

3.2

### **Se déployer au-delà de ses limites**

Notre inconscient a tendance à nous protéger...Parfois en nous enfermant dans nos habitudes ou nos peurs. Si votre inconscient ne valide pas votre nouvelle ambition, vous vous heurterez à des blocages récurrents. Vous identifiez ici ces limites inconscientes, vous les comprenez et vous apprenez à les dépasser pour vous "déployer" dans votre plein potentiel.

3.3

### **Ancrer sa vision au-delà de sa vision (A.M.E. 5 – Se stabiliser au-delà de sa vision)**

Vous accueillez une version "évoluée" de vous-même, déjà prête à faire avancer votre projet. Pour que cette version s'exprime de façon concrète, il faut vous stabiliser dans la réalité : c'est-à-dire aligner convictions et actions, jour après jour. Cette étape vous amène des résultats tangibles et immédiats dans votre façon de travailler et de créer.







- - - - - PROTOCOLE DÉTAILLÉ - - - - -



Jours 10 - 16

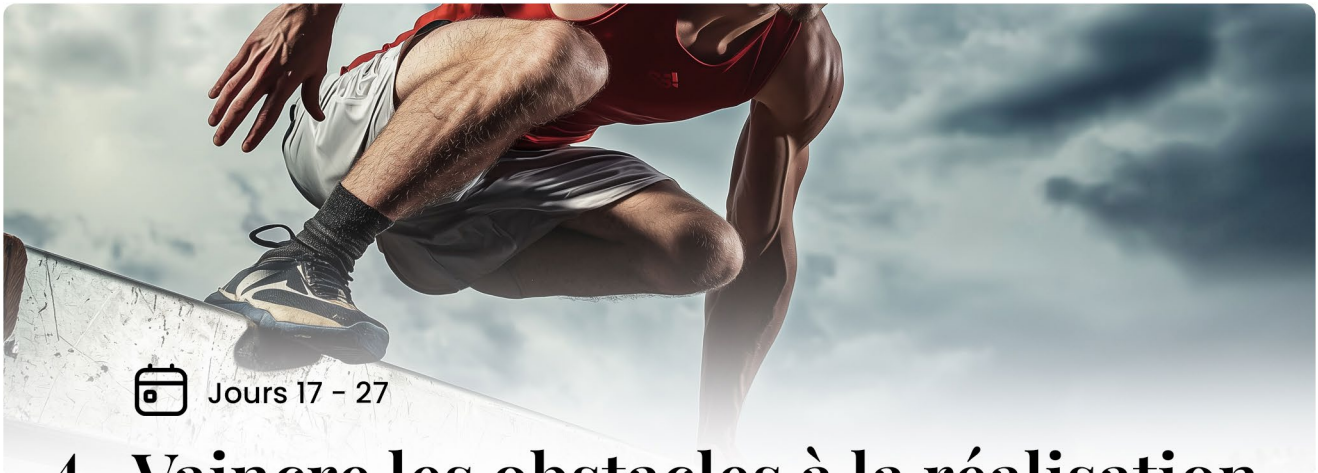
## 3. Développer sa capacité à réaliser

3.4

### **Recâbler son système de croyances (A.M.E. 6 – Mise à jour de son système de croyances)**

Le socle de toute concrétisation repose sur les croyances qui soutiennent ou sabotent votre ambition. En mettant à jour votre "programme interne," vous déclenchez un changement profond qui se reflète dans vos décisions et votre comportement. Vous prenez alors une nouvelle direction de vie, où l'atteinte de vos objectifs devient naturelle plutôt que laborieuse.





Jours 17 - 27

## 4. Vaincre les obstacles à la réalisation

### 4.1 Être honnête et réel avec ses limites (A.M.E. 7 – Alchimiser ses limites)

Le socle de toute concrétisation repose sur les croyances qui soutiennent ou sabotent votre ambition. En mettant à jour votre "programme interne," vous déclenchez un changement profond qui se reflète dans vos décisions et votre comportement. Vous prenez alors une nouvelle direction de vie, où l'atteinte de vos objectifs devient naturelle plutôt que laborieuse.

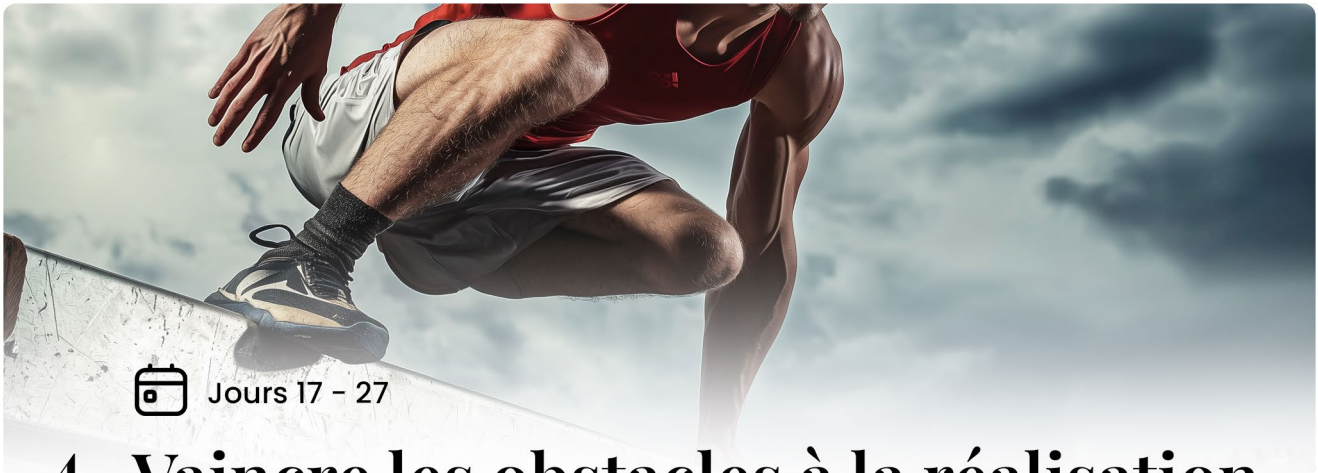
### 4.2 Danser avec sa peur racine (A.M.E. 8 – Couper la racine de la peur)

Qu'il s'agisse de la peur de l'échec, du jugement ou même du succès, chacun d'entre nous a une "peur racine" qui alimente toutes les autres. En allant à la rencontre de cette peur originelle, vous apprenez à danser avec elle : l'identifier, l'appivoiser et cesser de la subir. Ainsi, vous ne la niez plus, mais vous ne lui laissez plus non plus le pouvoir de freiner votre projet.

### 4.3 En finir avec l'autosabotage

Au moment où un projet est sur le point d'aboutir, nous pouvons déclencher des mécanismes d'autosabotage ("Ce n'est pas pour moi", "Je ne suis pas prêt", "C'est un signe d'arrêter", etc.). Vous apprenez ici à repérer ces signes dès qu'ils se manifestent, pour reprendre votre pouvoir et continuer d'avancer malgré les doutes.





Jours 17 - 27

## 4. Vaincre les obstacles à la réalisation

4.4

### **Recoder la confiance en soi (A.M.E. 9 – Transfert énergétique de confiance)**

Vous remaniez ici votre rapport à la confiance en vous, en purgeant les résidus de doute et en installant un sentiment d'assurance solide. C'est un basculement intérieur qui peut se refléter immédiatement dans votre posture professionnelle ou personnelle : vous vous sentez enfin légitime pour porter votre projet et le défendre, même face aux imprévus.

4.5

### **Calmer sa dépendance**

Nous avons tous des dépendances (besoin de validation, procrastination, perfectionnisme excessif...) qui ralentissent ou bloquent nos projets. En identifiant la dépendance la plus ancrée qui vous freine, vous parvenez à ne plus vous laisser dicter la conduite par ces schémas inconscients. Vous retrouvez votre liberté d'action et de choix.

4.6

### **Supprimer les dernières résistances (A.M.E. 10 – Nettoyer les traumatismes du corps)**

Les mémoires de stress, d'échecs ou de conflits passés peuvent rester "enregistrées" dans le corps et l'inconscient. Cette étape consiste à libérer ces tensions résiduelles pour retrouver une unité corps-esprit. Lorsque votre état physique et émotionnel n'est plus parasité par d'anciennes peurs, vous avancez enfin avec clarté et dynamisme.





Jours 28 – 36

## 5. Évoluer vers son nouveau moi

5.1

### **Recoder une nouvelle structure de réalité dans son champ (A.M.E. 11 – Recoder son champ énergétique en accord avec sa nouvelle réalité)**

Vouloir réussir son projet est une chose, mais s'imaginer vraiment le vivre au quotidien en est une autre. Ici, vous recodez votre "réalité" intérieure (vos croyances, vos habitudes mentales) pour qu'elle corresponde au niveau d'ambition ou de succès que vous visez. Vous créez ainsi des fondations solides pour accueillir les changements que vous désirez.

5.2

### **Accorder sa fréquence énergétique avec sa réalisation**

Pour que votre projet se concrétise, vous devez apprendre à "vibrer" au même niveau que votre objectif. En clair, cela veut dire aligner votre attitude, vos émotions et vos comportements avec la réussite. Moins de contradictions, plus de cohérence : c'est un pas décisif pour accélérer l'aboutissement de votre projet.

5.3

### **S'ancrer dans sa réalité actuelle (A.M.E. 12 – Recalibrer et décristalliser son identité)**

Avoir une vision ambitieuse n'empêche pas de rester ancré dans la réalité. Plus vous clarifiez qui vous êtes et ce que vous voulez, plus vous pouvez ajuster votre quotidien (organisation, priorités, relations) pour lui permettre de soutenir votre évolution. Vous sortez ainsi du flou et accédez à un sentiment de cohérence profondément motivant.





- - - - - PROTOCOLE DÉTAILLÉ - - - - -



Jours 28 – 36

## 5. Évoluer vers son nouveau moi

5.4

### **Ancrer la version la plus lumineuse de soi (A.M.E. 13 – Ancrer son plus haut soi dans le présent)**

C'est le moment de faire entrer en vous la version la plus forte, la plus confiante, la plus créative de votre personnalité. Vous "fusionnez" littéralement avec ce nouveau moi pour que votre posture, vos décisions et vos actions reflètent pleinement votre ambition. Cette étape installe durablement un état d'esprit expansif et serein.

5.5

### **La métamorphose quantique de son enfant intérieur (A.M.E. 14 – Activation profonde pour sa nouvelle naissance)**

Même dans la sphère professionnelle ou la conduite de projets, la part d'enfance en nous joue un rôle majeur : elle est porteuse de créativité, de curiosité et de spontanéité. En réconciliant votre "enfant intérieur" avec votre nouvel élan adulte, vous ancrez plus solidement cette transformation. Vous permettez ainsi à votre créativité de s'exprimer sans entraves et à vos aspirations les plus profondes de prendre vie.







Jours 37 - 40

## 6. Booster la concrétisation de votre projet

6.1

### **Se séparer de toutes les lignes de temps qui ne servent plus (A.M.E. 15 – Couper avec ses lignes de temps karmiques)**

Nous sommes influencés par de nombreuses "histoires" du passé : échecs, vieux schémas familiaux, croyances héritées. Ici, vous identifiez ces lignes temporelles obsolètes et vous décidez de vous couper de leur influence pour ne plus répéter les mêmes blocages. Vous créez un espace neuf, libéré de l'empreinte des échecs ou des doutes antérieurs.

6.2

### **Accélération du processus de réalisation (A.M.E. 16 – Recalibrer une nouvelle ligne de temps)**

Maintenant que vous avez rompu avec vos vieux schémas, vous pouvez renforcer et accélérer votre démarche. Vous vous alignez sur une "nouvelle ligne de temps", orientée vers la réussite et la fluidité. Ce recalibrage donne un coup de fouet à vos efforts et vous rapproche de plus en plus d'un aboutissement concret.





Jours 41 - 45

## 7. Consolider votre parcours de réalisation

7.1

### **Faire descendre sa réalisation dans le présent (A.M.E. 17 – Observer la concrétisation de son objectif)**

Nous sommes influencés par de nombreuses "histoires" du passé : échecs, vieux schémas familiaux, croyances héritées. Ici, vous identifiez ces lignes temporelles obsolètes et vous décidez de vous couper de leur influence pour ne plus répéter les mêmes blocages. Vous créez un espace neuf, libéré de l'empreinte des échecs ou des doutes antérieurs.

7.2

### **Remodeler son futur (A.M.E. 18 – Accès direct à la fréquence de gratitude)**

En observant vos succès et vos avancées, vous développez un profond sentiment de gratitude : envers vous-même, la vie, voire vos partenaires ou collaborateurs. Cette gratitude élève votre fréquence énergétique et vous permet d'envisager l'avenir sous un angle plus créatif. Vous vous projetez au-delà de l'achèvement du projet actuel et commencez à imaginer de nouvelles ambitions.







Jours 41 - 45

## 7. Consolider votre parcours de réalisation

7.3

### **Générer son énergie quantique et laisser son champ actif au quotidien**

Votre énergie ou "champ quantique" ne doit pas se limiter aux grands moments de prise de conscience : c'est un levier que vous pouvez activer chaque jour. Vous apprenez à maintenir ce niveau de clarté, de concentration et de confiance dans vos routines quotidiennes, de sorte que votre projet (ou vos prochains projets) continue(nt) de croître sans retomber dans l'inertie.

7.4

### **Sceller son champ d'engagement (A.M.E. 19 – Intégrer tout le protocole à sa plus haute fréquence énergétique)**

Vous fermez ici un cycle et vous en ouvrez un nouveau. Vous rangez les anciens schémas, vous prenez acte de votre transformation et vous vous engagez à continuer sur cette voie. C'est fait : vous êtes désormais à la barre de votre propre navire, prêt(e) à poursuivre l'aventure et à donner vie à tous vos projets, professionnellement comme personnellement. Clarifier vos intentions, aligner vos croyances et vos actions, dépasser les peurs et les résistances, activer pleinement votre potentiel et célébrer chaque avancée.

Pas à pas, vous transformez vos visions en réalités concrètes, tout en évoluant intérieurement pour devenir la personne capable de porter vos ambitions jusqu'au bout. Bonne route dans cette nouvelle dynamique de concrétisation !

