

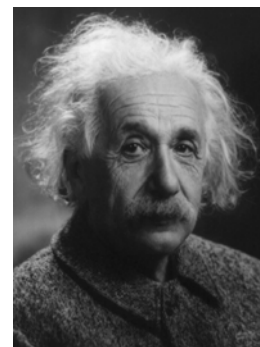
# Bâtir son rêve

A tous ceux qui sentent qu'ils ne vivent pas encore la vie qu'ils devraient !

## Citation de la semaine

«La folie, c'est se comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent. »

**Albert Einstein**  
(1879 – 1955)



## Citations

• **Epictète** (50-135) :

«Dis-toi d'abord qui tu veux être, puis fais en conséquence ce que tu dois faire. »

• **George Orwell**  
(1903-1950) :

« Les conséquences d'un acte sont incluses dans l'acte lui-même. »

• **Olivier Sax** :

« Solutionner les conséquences est vain, ce sont les causes qu'il faut éliminer ! »

## Pleins feux sur :

Citation de la semaine	1
Réflexion de la semaine	1
Histoire ou métaphore de la semaine	2
Objectif de la semaine	2

[contact@vivresonreve.com](mailto:contact@vivresonreve.com)

## Réflexion de la semaine

**Ce qui est vrai, ce qui compte, c'est ce que nous manifestons au travers de nos actions.**

Nous ne pouvons espérer obtenir un résultat précis si nous n'agissons pas en conséquence. De la même façon, nous ne pouvons éviter les effets de notre inaction ou de nos actions inappropriées. Si nous souhaitons atteindre un objectif particulier, mais qu'en même temps nous y consacrons peu d'énergie, puis de moins en moins de temps, comment pouvons-nous espérer y parvenir ? Ceci paraît être du bon sens et pourtant combien d'entre nous, n'agissent pas en conséquence, ne font pas le nécessaire pour atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés ou qu'ils souhaiteraient atteindre ? Nous ne pouvons pas espérer vivre la vie que nous souhaitons si nous ne nous en donnons pas les moyens. **Selon la Loi naturelle chaque cause produit un effet correspondant.** Ne pas agir, ne rien faire, remettre à plus tard, agir de la mauvaise

manière sont des causes qui produisent des résultats obligatoirement contraires aux objectifs que nous nous sommes fixés. L'étudiant ne doit pas s'étonner d'avoir manqué son examen s'il n'a pas révisé ses cours. Le sportif de haut niveau, ne doit pas regretter de perdre son titre de champion s'il ne s'est pas entraîné avec la même régularité. Nous ne devons pas nous étonner de prendre du poids, si nous ne surveillons pas notre alimentation et si nous cessons de pratiquer toute forme d'exercice physique. Nous ne pouvons pas nous lamenter que la qualité de nos relations se dégrade, si nous sommes chaque jour désagréables, aigris, acariâtres et si nous ne faisons jamais aucun effort. Les hypochondriaques ne peuvent se plaindre d'être souvent malades tant ils focalisent constamment leur attention sur les signes de la maladie. De la même façon, nous ne pouvons pas non plus être surpris de provoquer dans notre

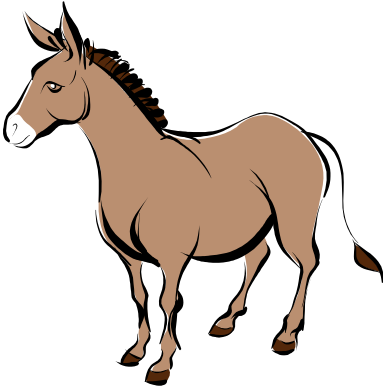
vie des difficultés, si nous les appelons de tous nos vœux en y pensant constamment et si nous ne parvenons pas à en chasser l'idée dans notre esprit.

**Nous ne sommes pas étrangers à ce qui se produit dans notre vie. Nous en sommes les créateurs, et nous avons l'immense chance de pouvoir décider, en toute conscience, de ce que nous faisons à chaque instant.** Nous devons toujours assumer les conséquences de nos actes. Il nous appartient ensuite d'évaluer si les résultats que nous avons obtenus sont conformes à ce que nous attendions. Puis, à la lumière de ces résultats, réévaluer nos actions et faire autrement si nécessaire. C'est là notre responsabilité. Nous ne pouvons espérer obtenir un résultat différent si nous agissons toujours de la même manière.

Agissons sur les causes !

Bien chaleureusement,  
*Serge Touka*

## L'histoire ou métaphore de la semaine



Un paysan très avare ne savait plus quoi inventer pour dépenser encore moins d'argent.

Un jour il trouva que son âne lui coûtait bien trop cher en avoine, il se dit qu'il allait lui apprendre à manger de moins en moins et qu'ainsi il économiserait une somme non négligeable. Il commença l'expérience le jour même en réduisant la ration du

baudet, qui, il faut bien le dire, ne mangeait déjà pas à sa faim. Plusieurs jours durant, il poursuivit l'expérience. Si la pauvre bête était de plus en plus faible, elle n'en accomplissait pas moins sa tâche journalière.

Arriva le jour où son maître ne lui donna plus rien du tout. Trois jours plus tard, l'homme en entrant dans l'étable, se

rendit compte que son baudet était mort. Il sortit en pleurant et croisa son voisin, qui lui demanda ce qui se passait pour qu'il soit dans un état pareil.

- « Hélas ! » répondit l'avare. Je n'ai vraiment pas de chance ! Juste au moment où j'avais enfin réussi à habituer mon âne à ne plus manger, le voilà qu'il meurt ! »

## Objectif de la semaine

« Chacun doit s'éveiller aux conséquences de ses actes, prendre ses responsabilités. »  
Altat Tyrewala

« Le seul esprit libre et indépendant est celui qui ne se soucie pas des conséquences quand il a la certitude d'avoir été fidèle à ses valeurs ! ».  
Laurent Martinez



Je vous propose cette semaine, de faire l'examen de ce que vous faites, de ce que vous démontrez dans votre vie.

Ce qui compte, ce qui est vrai pour vous, c'est ce que vous manifestez par vos actions. A quoi les consacrez-vous ? Vont-elles dans le sens de ce que vous voulez ? Sont-elles conformes aux objectifs que vous vous êtes fixés ? Vous surprenez-vous des résultats que vous obtenez parce que vous n'avez pas agi, ou parce que vous avez agi de la mauvaise manière ? Reproduisez-vous toujours les mêmes actions engendrant les mêmes résultats et vous en étonnez-vous ? Comment pouvez-vous faire autrement ? Comment pouvez-vous agir différemment ? Que pouvez-vous faire que vous ne faites pas encore pour améliorer les résultats que vous obtenez dans votre vie ?

C'est pour vous un bon indicateur de voir à quoi vous consacrez votre temps, votre énergie. Vous ne pouvez espérer obtenir de résultat con-

forme à vos attentes, si vous n'agissez pas en conséquence, si vous ne faites pas en toute conscience ce qui est nécessaire.

Si vous n'y parvenez pas, faites-vous aider. Demandez conseil autour de vous. Regardez comment font les autres, ceux qui y arrivent. Essayez de faire comme eux. Vous avez en vous le pouvoir d'agir, de décider de faire autrement. En définitive, vous comprendrez que **le résultat importe peu, ce qui compte davantage c'est l'action.** Le résultat n'est que la conséquence, la résultante de l'action et en fonction de sa nature, il vous est toujours possible de tenter autre chose pour obtenir un résultat différent. Soyez attentif à vos actions, à ce que vous faites ou ne faites pas car vous devez en assumer la responsabilité. Il s'agit de votre vie et personne ne peut le faire à votre place.

Bien chaleureusement,  
Serge Touka

NB : La quatrième partie du cours audio « Créer

vos bonheurs » est disponible dans vos Bonus.

Remarque importante : A propos du programme « Réussir » de David Komsi également accessible via vos bonus.

Ce programme de six heures contient un certain nombre d'informations de base qu'il est utile de connaître. L'un des bénéfices que je lui accorde c'est qu'il est fortement axé sur la mise en pratique des conseils donnés. C'est là sa vraie valeur ajoutée. David Komsi propose un système de revente de son cours pour ceux qui souhaiteraient se le faire rembourser par ce biais voire gagner de l'argent en le recommandant à d'autres personnes. **Ce que vous n'êtes absolument pas obligé de faire.**

Le programme Construire son rêve participe, quant à lui, à une approche beaucoup plus en profondeur, sur la durée. Il n'a pas les mêmes objectifs et il ne concerne pas les mêmes publics.