

Juste de l'autre côté...

Bonjour,

Lors d'un voyage pour affaires en Arizona (États-Unis), je me suis rendu visiter le désert de Sedona, en excursion. J'ai eu ce privilège de voir des vestiges de maisons à flanc de montagne, à même le roc, bâties par des Indiens il y a des centaines d'années. C'est vraiment splendide à contempler !

La vie des habitants de ce village, les Sinagua farmers, n'était pas facile car ils devaient faire face à des sècheresses successives. Cependant, ce peuple n'a pas toujours habité cet endroit. Ils sont arrivés là après des semaines et des mois de marche, dans le but de trouver un lieu moins hostile pour leurs familles. Dans leur chemin, ils ont dû traverser un parcours rempli d'obstacles, entre autres, des montagnes. Et ils ont tout de même persévéré.

Ce que l'on dit, c'est que, lorsqu'ils sont arrivés à cet endroit, ils ont décidé de s'y établir, même si c'était en plein désert. La raison était bien simple : ils voyaient une autre immense chaîne de montagne à l'horizon, vers l'ouest, et ils avaient peur de ne pouvoir traverser cet autre obstacle d'envergure. C'est donc la **peur** qui les a paralysés à cet endroit, avec très peu d'eau et de nourriture, pendant des générations...

Cependant, s'ils avaient osé faire cet autre parcours, ce qu'ils auraient trouvé, **juste de l'autre côté** des montagnes, c'est le Pacifique, avec des champs de verdure à perte de vue ! L'abondance et la prospérité se trouvaient là, **juste de l'autre côté de leur peur !!!**

Ce qui vous paralyse, ce n'est pas vos envies, votre joie, vos rêves ou vos ambitions, mais vos peurs, cet état d'esprit qui s'incruste dans votre corps tout entier et qui trouve ses origines dans votre imaginaire.

Devant tout questionnement, votre conscient se rend puiser son information dans votre subconscient et si ce dernier n'a aucune expérience vécue ou d'information précise à vous fournir, il vous donnera une réponse forgée de mythes et de faits qui ne sont pas liés à votre demande. Il est presque certain que la réponse que vous recevrez vous fera peur car l'inconnu fait souvent peur. Et c'est ce qui crée cette paralysie totale... à moins que vous osiez vérifier les faits, que vous osiez aller voir plus loin, que vous osiez mettre le pied sur vos peurs !

Il y a une façon de ne jamais avoir peur, et j'ai le goût de vous la dévoiler aujourd'hui. Cette technique fonctionne presque chaque fois. Portez une attention toute particulière au prochain paragraphe :

Pour ne jamais avoir peur... ne faites jamais quelque chose de nouveau ! Ne faites que des choses connues, restez toujours dans votre zone de confort et je vous garantis que vous n'aurez jamais peur !!!

Hum ! Hum... ! Pas si certain que cela ! Si vous avez peur de l'inconnu et du changement, essayez donc de ne jamais changer... un jour, vous frapperez un mur !

Mouais... on dirait que c'est une question sans issue. On est condamné à avoir peur dans notre vie. Comment alors s'en sortir ? Eh bien, voici la méthode « Comment surmonter ses peurs par la technique éprouvée du **Sans-Peur Deluxe 3000 !** » Vous êtes prêt (encore une fois) ? Il faut savoir s'amuser un peu... voyons donc s'il y a un moyen de s'en sortir devant nos peurs...

Dans l'achèvement d'un objectif qui vous tient à cœur, lorsque vous vous retrouvez devant l'inconnu (et ça vous arrivera), osez faire ce que vous n'avez jamais fait auparavant ! Si vous avez peur, c'est parce que vous ne savez pas ce que vous réserve l'avenir. Faites ce dont vous avez peur et vous verrez que ces peurs se coucheront devant vos pas. Ne soyez pas trop calculateur et ne perdez pas tout votre temps à analyser ce qui **pourrait** arriver. Comme on dit : **Celui qui analyse, paralyse !**

Plus vous attendrez et plus ces peurs grossiront. Plus elles grossiront et plus elles vous hanteront. Plus elles vous hanteront, et plus vous vous sentirez coupable, coupable de ne jamais être passé à l'action... Plus vous attendrez, plus ce sera difficile de le faire. Le temps n'arrange pas toujours les choses. Faites-le ! Pour moi, **la Peur = On y va !**

Voici maintenant une façon de surmonter vos peurs, une simple technique meilleure que le **Sans-Peur Deluxe 3000** :

Pour vous aider à surmonter vos peurs, gardez l'habitude de faire des choses inhabituelles, sortez régulièrement de votre **zone de confort**, même lorsque ce n'est pas nécessaire de le faire. Faites parfois les choses différemment dans votre vie de tous les jours. Ainsi, lorsque vous devrez le faire, lorsque vous devrez **étirer votre courage et vos aptitudes hors de vos frontières connues**, ce sera moins difficile de prendre la décision d'y aller et vous passerez à l'action plus rapidement... et avec moins de douleur !

Comme Leader, dans votre vie personnelle et professionnelle, votre rôle est d'aider les autres à faire ces mêmes efforts, à faire d'abord tomber **avec eux** les barrières qui les ralentissent, pour qu'ils puissent le faire **eux-mêmes** un jour.

Contrairement aux Indiens Sinagua farmers, **gardez toujours à l'esprit un prochain sommet à gravir**... cela ne vous empêchera pas d'avoir peur, mais vous ne passerez pas toute votre vie dans un désert à avoir constamment peur... de la même chose !

Jusqu'où irez-vous ?

Copyright © 2007

Paul Rousseau
Le Samouraï de l'Excellence ! ©
Tél. : 1-866-588-5220

Conférencier professionnel, auteur et formateur, **ceinture noire** dans six disciplines d'arts martiaux, Paul Rousseau est un réel performeur. Véritable **Alchimiste du Potentiel**, et concepteur de la formule **E = HOPLA²** ©, il est reconnu pour ses capacités à transformer l'Attitude et le Leadership personnel, en permettant à des milliers de personnes d'accéder à leur prochain niveau d'**Excellence**.

* Déjà inscrit ? Merci de [Donnez au Suivant](#)

* Pas encore inscrit ? [Inscrivez](#)-vous gratuitement au Bulletin dont **tout le monde** parle !

- Réflexion créative -

Prenez un instant pour vous poser et répondre à ces questions :

- Écrivez une peur qui vous ralentit présentement :

- De cette peur, qu'est-ce qui vous paralyse logiquement, basé sur des faits ?

- Inscrivez maintenant vos trois prochaines actions que vous ferez rapidement pour surmonter cette peur : Faites-le !

1- _____

2- _____

3- _____

de là où vous êtes... à là où vous désirez être !

Jusqu'où irez-vous ?

- Faites suivre ce document à toutes personnes qui pourraient en bénéficier -