

J'ai enfin découvert QUI est Responsable à 100% !!!



Eh oui ! J'ai enfin découvert QUI est responsable, à 100%, de vraiment TOUS les résultats que j'ai eus dans ma vie, les positifs comme les négatifs !

Lorsque je cherchais cette personne, je m'étais promis que, lorsque je la trouverais, j'allais lui botter le derrière de toutes mes forces !

Et j'ai fini par trouver cette personne !

Mais de là à lui botter le derrière, j'y ai repensé à deux fois, car je crois que cette personne avait déjà eu ce qu'elle méritait, en bien comme en mal...

Cette personne, c'est moi. Oui ! MOI-MÊME !

J'ai un jour compris que je devais me **responsabiliser** pour là où j'étais dans ma vie.

Et comme le disait Winston Churchill :

« Si nous pouvions botter le derrière de la personne qui est responsable de tous nos malheurs, nous ne pourrions pas s'asseoir pendant un bon mois ! »

Eh oui ! Et comment cela peut-il se produire ?

Je vous donnerai ici les 3 façons qui ont créé les résultats que vous avez eu dans votre vie, et cela vous permettra, du même coup, d'avoir plus de maîtrise sur vos résultats futurs, en acceptant votre responsabilité dans votre vie.

1 – Ce que vous avez fait !

Tout commence ici. En fait, c'est ce que la majorité des gens vous dira, et ils ont raison... en partie.

Lorsqu'il y a une semence qui est faite, il y a une récolte qui en résulte. Comme exemple : si vous semez des carottes, vous récolterez des carottes. Par contre, si vous semez des coups de pieds au derrière, devinez ce que vous récolterez ? Eh oui ! De la difficulté à vous asseoir ! Ha! Ha!

Pour simplifier cela, tout ce que vous avez fait dans votre vie, vous a permis plusieurs choses :

- Avoir des résultats directs positifs, soit des victoires;
- Avoir des résultats directs négatifs, soit des défaites;
- Avoir des résultats indirects positifs, et d'autres négatifs;
- Apprendre... des leçons, des principes de vie, quelles sont vos véritables valeurs;
- Etc.

En fait, nous sommes portés à croire que tout ce que nous avons fait est ce qui nous a permis de nous rendre là où nous sommes aujourd'hui.

Mais il y a plus...

2 – Ce que vous n’avez PAS fait !

Alors là, ici, la liste sera looogee...

Vous avez, bien sûr, compris que je signifiais « Tout ce que vous n’avez pas fait, et que vous AURIEZ DÛ faire ! ».

Je suis tout à fait conscient qu’en regardant dans votre passé, vous pouvez rapidement pointer du doigt plusieurs belles opportunités qui vous ont été présentées, et auxquelles vous avez dit non.

Votre liste peut inclure :

- Une amitié à laquelle vous n’avez pas donné le temps de mûrir;
- Les soins que vous auriez dû donner à votre corps;
- Une occasion d’affaire;
- L’Amour de votre vie... qui sait ?
- Les bons investissements;
- Vos études, que vous n’avez pas prolongées;
- Votre formation continue, que vous avez négligée;
- La saine alimentation et l’exercice dont
-
- votre santé avait besoin;
- Etc.

Ce que vous n’avez pas fait, dans le bon temps, ne peut pas se reprendre dans les mêmes conditions qu’à ce moment.

Cependant, ce qui est fait, est fait, et ce qui n’est pas fait, reste peut-être à faire... avec plus de sagesse, qui sait ?

Ici, vous vous dites peut-être : Dans la vie, ce n’est pas toujours blanc ou noir, car il y a une multitude de zones grises... surtout celles sur lesquelles nous n’avons aucun contrôle, comme la perte d’un être cher, la perte d’un emploi, une crise économique, la maladie d’un proche pour lequel on doit donner notre temps, etc. !

Parfois se produisent des événements sur lesquels nous n’avons aucun contrôle !

C’est vrai ! Vous avez tout à fait raison, car ce n’est pas tout. Il y a ce que vous avez fait, ce que vous n’avez pas fait, et...

3 – Votre MINDSET face à ce qui vous arrive et dont vous n’êtes pas responsable !

Je sais que ce troisième point ne plaira pas à tous et chacun...

Dans la vie, nous ne sommes pas responsables de TOUT ce qui nous arrive. Parfois, nous n’en avons aucun contrôle, et nous n’en sommes pas responsables.

La pire chose à faire alors, c’est de jouer la victime, de partir à la chasse aux sorcières, et perdre notre temps, peut-être des années, ou même notre vie entière, à chercher un coupable, ou à blâmer cette « injustice » à qui veut l’entendre.

Ou encore, nous pouvons choisir d’avoir le courage et la force de caractère, pour se poser de simples questions, comme :

- **Que puis-je faire de plus pour améliorer la situation ?**
- À qui puis-je demander de l’aide et des conseils, pour continuer à avancer, malgré ce qui s’est produit ?
- Maintenant, je fais quoi avec les cartes que j’ai en main ?
- Etc.

Votre MINDSET, c’est votre façon de penser, c’est la force de caractère que vous développez pour faire face aux défis qui arrivent dans votre vie.

Et votre MINDSET, vous n’aurez jamais terminé de le développer et le renforcer. C’est une facette de votre vie sur laquelle vous avez tout le contrôle.

Comment faire pour développer un MINDSET fort ?

- Vivez des expériences, et ce, seule l’action peut vous le donner;
- Voyez des films qui vous inspirent, et non des histoires tristes;
- Apprenez de l’expérience des autres;
- Lisez des livres qui traitent de solutions, et non de problèmes;
- Assistez à des conférences;
- Etc.

Peu importe ce qui vous arrive, continuez à MARCHER, et regardez devant... toujours DEVANT !

Sachez qu’aujourd’hui est le premier jour du reste de votre vie, et même si vous sentez que vous ne pouvez pas descendre plus bas que là où vous êtes, eh bien, même cela est une bonne nouvelle et même une belle opportunité, car **TOUT est maintenant POSSIBLE !**

Vous êtes responsable de la personne que vous êtes devenue aujourd’hui. Cela est un fait.

Maintenant, dites-vous bien que vous êtes responsable AUJOURD’HUI de la personne que vous deviendrez, car le **moment présent** tient en son germe tout votre avenir.

**« Le moment présent a toujours été,
et sera toujours, le point tournant de votre histoire ! »**

Avez-vous réalisé toute cette chance que vous avez, ici et maintenant, dans les conditions dont vous êtes responsable, que vous les aimiez ou non ?

Vous avez le POUVOIR de faire mieux !

Imaginez... imaginez qu’avec toute l’expérience que vous avez acquis jusqu’à aujourd’hui, vous avez une longueur d’avance sur la personne que vous étiez hier, et c’est cela qui vous permettra de PENSER mieux, de PARLER mieux, de FAIRE mieux, et surtout, d’ÊTRE MIEUX !

Faites les bons choix maintenant, en vous entourant de l'aide et des gens qui vous permettront de devenir la personne que vous souhaitez devenir.

Maintenant, je vous lance ce défi !

Jusqu'ou ierez-vous ?

* Je vous invite, comme chaque fois, à répondre aux questions qui suivent, un peu plus bas...

P.S. : Si toutefois, vous ne vous sentez pas bien dans votre peau, soit parce que vous croyez que votre poids peut être un obstacle (poids en trop ou trop mince), ou que vous aimeriez avoir de l'aide pour une remise en forme, veuillez communiquer avec un de nos **Praticiens et Entraîneurs diplômés**, pour consultations personnalisées :
(info@topshape-fitness.com , 1-866-588-5220)

P.P.S. : Lorsque vous serez prêt, informez-vous du **PROGRAMME TRANSFORMATION TOTALE de Corps et d'Esprit!**, pour des objectifs, entre autres, en perte de poids, pour vous **Sentir Mieux, dans votre Tête et votre Corps !**

Ne laissez pas votre prochain événement au caprice du HASARD !

Que ce soit pour une **Conférence de Motivation**, de **communiquer de nouvelles idées ou perspectives**, ou un **message délicat...** Confiez cette responsabilité à un professionnel !

Communiquez dès maintenant avec Paul pour vérifier ses disponibilités
Conférences et Formations → Tél.: 1-866-588-5220

Vous aimez ce bulletin ? Voyez **d'excellentes ressources** qui vous permettront de **parfaire vos talents et aptitudes**, tant dans votre vie personnelle que professionnelle.

Laissez-vous Guider par un Expert !

[www.paulrousseau.com/Boutique Achat en Ligne.html](http://www.paulrousseau.com/Boutique_Achat_en_Ligne.html)

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

Jusqu'ou ierez-vous ?

Copyright ©

Paul Rousseau, Coach Certifié/Conférencier
Provoque l'Action et l'Engagement à l'Excellence
Tél. : 1-866-588-5220

Auteur, Conférencier, Coach en Nutrition et Psychologie sportive / Entraîneur privé Certifié, Paul Rousseau est reconnu pour ses capacités à transformer l'Attitude et le Leadership personnel, par le **MINDSET, la Nutrition et le Fitness**, en permettant à des milliers de personnes d'accéder à leur prochain niveau d'**Excellence**.

Artiste martial, ceinture noire 2^e Dan dans six disciplines d'arts martiaux; Co-Fondateur de TopShape-Fitness.com, site de Bonne Forme et Santé, de Corps et d'Esprit, Paul Rousseau est un réel performeur.

* Il peut vous aider à effectuer une réelle **Transformation, de Corps et d'Esprit !**

** Visitez PAULROUSSEAU.COM pour plus de détails.

Attitude – Automotivation – Leadership

Faites une Différence !

→ **Proposez maintenant Paul Rousseau
pour une prochaine Conférence dans votre organisation**

* Déjà inscrit ? Merci de [Donner au Suivant](http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html) : www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html

* Pas encore inscrit ? [Inscrivez](http://paulrousseau.com/abonnement_excell-pro.html)-vous gratuitement au Bulletin dont **tout le monde** parle !
http://paulrousseau.com/abonnement_excell-pro.html

www.paulrousseau.com

- Réflexion créative -

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

- Suis-je conscient que je suis responsable de ce que j'ai fait, de ce que je n'ai pas fait, et de mon MINDSET dans toute réaction à ce que je n'avais pas le contrôle ?

- Qui pourraient être les bonnes personnes de qui je devrais m'entourer, pour m'aider à devenir la personne que je désire devenir ?

- **Comme Leader :** Qui puis-je aider à accepter sa responsabilité maintenant, et à prendre les moyens pour se transformer et continuer à avancer positivement ? (dans ma famille; dans ma profession; dans mes connaissances; en pratiquant un sport; etc.)

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 -