



Olivier Madelrieux

Élever sa vibration :
sortir du mode automatique
et transformer son énergie

Retranscription

ITW Olivier Madelrieux

Julie

Bonjour et bienvenue sur bebooda. Merci de me retrouver aujourd'hui, je suis très heureuse. On va parler de vibration, on va parler d'énergie, de plans subtils avec Olivier Madelrieu. Bonjour et merci infiniment d'être avec nous aujourd'hui.

Olivier

Bonjour Julie, merci de m'avoir invité.

Julie

Alors on va parler de la loi de vibration. Je vais présenter quand même votre dernier livre qui parle de la positive altitude là-dedans, vous présentez un peu les grands concepts. Que vous développez en formation depuis plus d'une dizaine d'années peut-être ? Revenons un petit peu sur votre parcours. Vous présentez, vous êtes pharmacien de formation, vous avez été une, vous avez une spécialité en neurochimie, donc vous n'êtes pas, comment dire, tombés dans la marmite des mondes invisibles tout de suite.

Julie

Donc j'aimerais bien que vous me présentiez un petit peu votre parcours et puis me dire s'il y a eu un un moment de bascule, une. Voilà une rencontre, une prise de conscience qui vous a fait. Eh Ben vous détourner un petit peu de la vision matérialiste. Si, je schématise un petit peu le sujet.

Olivier

Très bien, mais merci. Alors effectivement, la pharmacie mène à tout, à condition d'en sortir comme dirait. Alphonse Allais, alors effectivement, j'ai un parcours tout à fait classique, métro, boulot, dodo, jusqu'à à peu près en 1009 10080138013 où effectivement je fais de la politique. Et je suis confronté à des choses qui m'arrivent la nuit dans la maison, avec des meubles qui bougent, des statuts qui bougent, la télé qui s'allume.

Olivier

Voilà. Et donc je vais découvrir qu'en fait il y a des forces invisibles et qu'il y a des concurrents qui veulent m'empêcher donc de progresser puisque je vais être candidat l'année d'après. Et je le savais même pas. Voilà donc il y a eu tout un parcours parce que vous Retrouvez du jour au lendemain avec des manifestations dans la maison. Vous êtes quelqu'un de scientifique ? J'ai 30 ans, j'ai je suis marié, j'ai une fille, ma femme a un enfant, tout se passe bien, j'ai une belle réussite et puis patatras, plein de choses se débloquent et je comprends pas ce qui se passe. Voilà.

Olivier

Donc je vais faire tout un parcours pour comprendre pourquoi on m'a fait ça, pourquoi c'est et en fait dans mon parcours, Ben je vais apprendre l'astrologie, je

vais apprendre la numérologie, je vais comprendre ce qui m'est arrivé, je vais apprendre surtout à me protéger et il va me falloir une dizaine d'années pour arriver donc à un certain niveau. Et puis PAM, 40 ans. 2e période, Ben j'ai un un comment ça s'appelle un dépôt de bilan que je vais faire 2 ans avant. Je perds ma mère, j'ai divorcé 2 ans avant la personne avec qui je suis, ça recommence une 2e version pratiquement 10 ans après 10 ans après.

Olivier

Donc j'essaie de comprendre et là je comprends que c'est bien beau de pouvoir faire des techniques. L'important c'est de comprendre ce qui se passe dans l'inconscient et que tout est basé dans l'inconscient. C'est 95% de notre vie. Et donc c'est comme ça que je vais me lancer dans l'hypnose. Je vais me former à la méthode Sylvain et je vais travailler avec Patrick Drouot. Alors j'avais commencé à travailler un petit peu avant et avec tout ce qui va me permettre de déprogrammer les choses qu'on ne voit pas sur soi mais qui ont des résonances dans le monde extérieur. Parce qu'en fait, ce que comprennent pas les gens, c'est que on a des programmes avec lequel on est arrivé.

Olivier

Il y a des programmes que l'on va créer par notre parcours de vie. Il y a l'influence des gens que l'on rencontre. Et tout ça, fait la projection sur l'écran de votre vie, de ce que vous vivez. Alors pour moi, Ben à partir du moment où vous vivez quand même 2 périodes assez choquantes. Parce que je pensais assez bien diriger ma vie. J'étais directeur des ventes, j'avais à 40 ans, j'avais donc 42 commerciaux, j'avais un super salaire, je vivais entre Paris, Bordeaux, j'avais l'avion qui était payé et tout d'un coup vous dites mince, il y a un truc, j'ai pas compris d'il y a 10 ans, il va falloir rentrer dans l'intérieur de soi, voilà.

Olivier

Et donc c'est comme ça. Ben que au fur et à mesure de ce travail est arrivé 10 ans après, non pas un choc, mais au contraire, les gens m'ont dit, Mais pourquoi tu ne consultes pas les gens ? Pourquoi tu ne reçois pas les gens ? Et c'est là que j'ai décidé entre 2010 et 2013 de faire la bascule. Et alors que j'avais des gros moments de pharmaciens, je gagnais encore bien ma vie. Et là j'ai décidé Ben de consacrer tout ce que j'avais appris, mais à l'insu de mon plein gré, parce que j'ai jamais décidé d'être thérapeute. Mais c'est devenu une évidence de 93 à donc à 2012, 2013.

Olivier

Et c'est là que je fais la bascule avec les 20 ans d'expérience que j'ai eus, mais des expériences que la vie m'avait imposées parce que j'avais pas la carte. On n'a pas la carte de fonctionnement.

Julie

C'est ça. Vous avez appris, vous avez construit une méthode qui a fonctionné pour vous et du coup, a fortiori qui fonctionne aussi sur les autres. Et c'est ça qui est aussi très intéressant. Vous vous adressez évidemment à toutes les personnes qui ont besoin en hypnose de régler des sujets, mais aussi vous

coachez des sportifs, des élites, des personnes qui sont tendues vers un résultat et qui atteignent ce résultat. Donc du coup, il y a une sorte de validation, Un peu de la méthode.

Olivier

Tout à fait. Parce qu'en en 2012, quand c'est devenu une évidence que c'était une passion, c'était vraiment un ikigai. J'ai dit Ben je vais faire ça. Donc j'avais un cabinet de gestion patrimoniale, j'avais une un cabinet de transaction de pharmacie et j'avais les groupements de pharmacie. Et là je décide de foncer là-dedans. Donc je fais beaucoup de conférences dans la librairie ésotérique de Bordeaux qui s'appelle la librairie Pégase. Et donc pendant 3 ans et demi, je vais faire des conférences. Une fois par mois, j'en fais toute la journée, donc 11 h, 13 h, 13h30, 15h30, 16 h, 18h30, sur le magnétisme, sur la loi d'attraction, sur l'hypnose.

Olivier

Je crée mon école d'hypnose. Mais l'hypnose, il faut bien prendre conscience qu'en 2012, 2013, c'est pas tendance comme aujourd'hui. On connaît l'hypnose grâce à Messmer, le canadien. On parle un petit peu plus d'hypnose de spectacle et les gens se posent souvent des questions, surtout quand ils viennent me voir dans les conférences. Et comme j'ai la chance d'avoir une introduction dans le monde du rugby puisque je suis originaire de depuis mes 3 ans de d'Agen, je rentre dans le club de rugby d'Agen. Puis après c'est Albi, Castres, Toulouse, La Rochelle où je vais pouvoir exercer.

Olivier

Même Toulouse, je l'ai fait aussi au niveau du jeu à 13. J'en ai parlé dans mon livre que j'ai sorti en 98 en 2018, pardon, j'ai fait un transfert temporel et donc je vais effectivement me lancer dans le sport pour montrer comment des sportifs. Qui sont très terre à terre. Alors il y en a qui sont branchés, il y en a qui sont par contre très terre à terre, qui sont résistants. Eh Ben vont avoir des améliorations. Et là je vais avoir des champions d'Europe au niveau de la boxe thaï, j'aimerais avoir le capitaine de l'équipe de Bordeaux Bègles. Et puis ça, va continuer jusqu'au moment où je vais avoir une personne qui va devenir championne olympique.

Olivier

Donc en 1000, en 2016, Sandrine Martinet, et à partir de 2018, j'ai freiné parce que j'étais plus. Du tout en France. J'étais en Andorre et ça continuait parce que j'ai eu le champion de tennis Albert Amos, qui a pris sa retraite l'année dernière, qui était descendu à la 122e place et il est remonté à la 32e et il a gagné 3 tournois alors qu'il n'en avait gagné qu'un dans sa vie en 13 ans. Voilà. Et donc j'ai pas mal d'espagnols que je reçois aussi dans mes bureaux en Andorre.

Julie

Donc ça, voilà, ça valide vraiment que votre méthode, elle a, elle a une efficacité et moi j'ai envie de dire, elle s'est construite. Vous avez effectivement beaucoup d'éruditions, vous avez lu, compilé et fait beaucoup, beaucoup d'explorations,

mais vous n'avez gardé que ce qui vous parlait, ce qui vous a permis d'atteindre vos objectifs. Et aujourd'hui, vous avez un regard assez pragmatique sur tout ce qu'on peut rencontrer au niveau de la spiritualité. Et vous avez tendance à élaguer un petit peu pour aller vraiment, Non, soit essentiel non.

Olivier

Alors tout à fait. Alors pour ceux qui connaissent un peu l'ennéagramme, je suis de type 3 battant. Pour ceux qui connaissent la process COM, je suis promoteur donc c'est à dire je suis pratico-pratique. Avec les expériences que j'ai eu dans des mondes invisibles, je ramène toujours les choses à la matière et j'essaye pour moi d'abord de pas perdre pied parce qu'on peut vite perdre pied par des choses qui nous dépassent, mais surtout parce que je veux pas que les gens rentrent dans des univers illusoires. Il y a un monde invisible mais le monde invisible il est pas au-dessus de nous comme le croient les gens, il est autour de nous.

Olivier

C'est à dire que dans notre corps éthérique, notre corps astral, notre corps mental, nous avons des informations. C'est ce que j'avais appris dans la médecine vibratoire avec Patrick Rouault qu'en scannant les corps donc mentaux astraux éthériques, on arrivait à percevoir les satellites, c'est à dire des informations erronées qui sont en train de se balader de corps à corps. Et quand elles touchent le corps physique, c'est là que malheureusement il y a une manifestation. Alors si c'est quelque chose de positif, tant mieux si c'est pas positif. Et donc je l'enlève avec des cristaux, des huiles essentielles.

Olivier

Donc là je rentre dans tout ce que j'ai pu apprendre avec plusieurs mentors et j'en ai fait. Mais vraiment des choses codifiées pour que les gens le fassent avec toujours la procédure. Ça c'est mon côté de pharmacien de partir trop loin. Heureusement.

Julie

Et donc du coup, vous partagez ça aussi sur des formations qui sont en ligne ? Vous avez vos cette académie ? Donc il y a c'est des modules autonomes, on s'inscrit. C'est des modules autonomes.

Olivier

J'ai effectivement 7 académies, 81 formations et j'en ai 17 qui sortent cette année, 2026, 17 nouvelles. Alors pourquoi ? Parce que il y a tellement de choses qu'on peut pas tout dire une seule fois et qu'il y a des choses complémentaires. Et je voulais surtout apporter beaucoup plus de choses dans le monde de la spiritualité. Alors les gens étaient pas forcément ouverts il y a 10 ans quand j'ai commencé à créer ma plate-forme et là bah c'est. Ça va être sur la kabbale, sur l'arbre de vie, sur effectivement l'alchimie spirituelle, sur les enseignements de gourdjieff, donc des choses qu'on ne trouve pas non plus.

Olivier

Moi, j'essaie toujours de faire des choses qui soient sélectives et qui soient pas

concurrentiel. Que les concurrents ou les collègues, j'aime pas dire les concurrents fassent. J'essaye d'apporter des choses, une plus-value à chaque fois.

Julie

À chaque fois à nouveau et en même temps, vous vous basez quand même sur l'ancestral le plus ancien. Alors ça va être les voiles d'Égypte par exemple. Est-ce que vous voulez qu'on rentre directement dans le sujet.

Olivier

Si vous voulez, alors je vais vous dire, j'avais fait il y a en 2023, 14 vidéos sur ma chaîne YouTube sur la mythologie égyptienne. Je les ai retirées. Parce que malheureusement ça a fait chuter l'algorithme qui a pas. Ah oui parce que l'algorithme Youtube il aime pas. Je suis canalisé sur le magnétisme, sur l'hypnose, sur le coaching, sur le les États alphas, le truc financier. J'ai commencé à parler de construction des cathédrales, expliquer la mythologie égyptienne et il a pas trop aimé.

Olivier

Donc en ayant consulté donc un spécialiste, il m'a dit il faut les retirer parce que l'algorithme il est en train de mettre dans une autre catégorie. Voilà.

Julie

Vous allez un peu vous tirer un petit peu partout, mais en même temps tout se tient quand on comprend l'origine des choses. Youtube, lui, il comprend pas, mais il y a des raisons pour lesquelles vous êtes.

Olivier

J'ai eu la chance de fréquenter pas mal de sociétés initiatiques, c'est aussi ça qui fait que j'ai un parcours dans les sociétés initiatiques, on n'a pas, il y a pas de livre, c'est une transmission orale et donc tout nous vient de l'Égypte, voilà. Et l'Égypte ? Ben le premier enseignement nous vient de la table d'émeraude d'Hermès Trismégiste qui effectivement donc. 3 fois grand, parce qu'en fait c'est sur les 3 plans et dans lequel il va y avoir tout ce qui est en haut et comme tout ce qui est en bas. Et dans l'explication de la table d'émeraude, qui est vraiment la Pierre, on va dire, je vais pas dire philosophale, mais la Pierre de tous les alchimistes, de tous les gens qui cherchent à comprendre.

Olivier

Eh bien c'est la signification que tout ce que vous faites ici bas en fait, il y a déjà une résonance en haut. Donc il y a effectivement des plans subtils, alors après il faut les lire à travers les lignes et on va avoir un enseignement qui va être découvert au début du 20e siècle, donc par 3 initiés de Belgique qui vont écrire ce livre qui s'appelle le Kybalion, qui reprend en fait les enseignements d'Hermès trismégiste, mais sous forme des 7 lois principales. Donc ils sont la loi du Mentalisme, la loi de vibration, la loi de correspondance, la loi de cause à effet, la loi de polarité, la loi de du rythme et la loi du genre.

Olivier

Et si j'ai un peu de temps, je détaillerai un petit peu sans trop se perdre. Mais d'expliquer en quoi c'est 7 lois nous permettent de comprendre vraiment la loi qu'on appelait d'attraction. Et en fait c'est beaucoup plus, beaucoup plus large que ça.

Julie

Oui c'est pas juste je veux, donc je peux souvent c'est très, Galvaudé et mal expliqué cette histoire de loi d'attraction. Mais alors nous, on va s'intéresser à la loi de vibration. Est-ce que c'est l'une des 7 lois sur un pied d'égalité ? C'est la 2e loi initiale.

Olivier

Ouais, la première loi qui explique tout, c'est la loi du Mentalisme, c'est à dire l'univers est mental. Tout est mental, c'est à dire que quand vous voulez quelque chose, que ce soit un objet, une voiture, une maison ou être dans un couple ou créer une société, il y a des vibrations mentales émises par toute chose. C'est ce qui fait qu'on reste en contact. C'est pour ça qu'il y a les synchronicités. C'est pour ça que il y a effectivement des choses incroyables. On pense à quelque chose et quelqu'un nous appelle. C'est la loi du Mentalisme, c'est à dire tout est en contact.

Olivier

C'est vraiment la loi de l'unité. Et la 2e loi, c'est celle de vibration qui fait que tout ce que l'on vibre en nous rentre en contact par cette loi du mentalisme avec ce qu'on souhaite, mais aussi bien en positif qu'en négatif. Et comme j'explique aux gens la loi d'attraction, elle fonctionne 24 h sur 24, 7 jours sur 7, elle prend pas de week-end, elle prend pas de vacances et c'est pas de dire Je veux ça. Ça c'est autre chose. Quand on veut quelque chose, on est dans la manifestation. La vibration c'est ce que vous générez et c'est pour ça que quand les gens qui me connaissent disent mais toi tu as beaucoup de chance, je dis non j'ai pas de la chance, je suis la chance, c'est pas la même chose.

Olivier

C'est à dire que vibrer la chance c'est vraiment sentir qu'on fait ça. Et en fait c'est là que il y a 2 actions à comprendre dans toute situation pour les gens qui nous écoutent, c'est que la situation qui arrive là à l'instant précis, vous pouvez pas la changer. vous pouvez changer que deux choses : c'est premièrement donc votre émotion par rapport à la situation et deuxièmement c'est le point de vue.

Julie

C'est ça, notre façon d'accueillir cette chose là, donc émotionnellement et puis intellectuellement, comment on le comprend-il y a quand même des gens qui sont des chats noirs qui n'ont pas de chance. Comment vous expliquez ça ? C'est des programmes, c'est le conditionnement, ils sont nés avec.

Olivier

Alors effectivement, j'ai eu dans mon entourage un copain qui s'appelle Joël qui est un chat noir, mais pour l'avoir accompagné pendant 2 ans, il s'est formé au

coaching avec moi, avec l'hypnose. Il avait aussi des bénéfices secondaires à un moment donné à ne pas vouloir passer chez blanc parce que on a réussi à identifier tout ce qui allait pas. Et effectivement, moi, à chaque fois que quelqu'un AA des conditionnements un peu particuliers, je vais aller voir 2 choses, l'astrologie parce que le thème Astrologique est quand même fondamental. Voilà et ensuite pouvoir effectivement regarder le transgénérationnel parce que l'héritage transgénérationnel.

Olivier

Aujourd'hui, on parle beaucoup de transgénérationnel, mais on n'est peut-être qu'à 2, 3% de toute la compréhension que l'on a. Donc tous ces programmes se sont effectivement transmis dans nos gènes. Et vous avez et des prénoms et des noms et des dates et des âges qui libèrent et déclenchent des choses. Voilà, comme je le dis dans tous mes séminaires, je commence toujours par cette phrase de Carl Jung qui dit, Nous sommes les solutions aux problèmes non résolus de nos ancêtres. Et ça, j'y crois vraiment, parce que ça donne un sens à la vie qu'on vit ici.

Julie

Tout à fait. Donc ça, c'est vraiment le contexte. Et alors pour l'explorer, ce contexte-là pour commander quoi ? Le travail avec un hypnothérapeute, c'est la régression, c'est l'une des façons de d'aller explorer ou dresser son arbre généalogique. Qu'est-ce que concrètement on peut faire pour aller purger un peu nos lignées.

Olivier

Alors déjà l'arbre transgénérationnel, l'arbre généalogique, ça c'est obligatoire de le faire. Et puis après Ben, l'hypnose spirituelle qui est qui est indispensable pour effectivement faire un parcours dans l'inconscient. On peut aller chercher Ben à la fois des choses de notre passé à nous mais aussi de nos ancêtres et aller voir. Et donc ça c'est moi. J'ai plus de 25 protocoles dans l'hypnose spirituelle qui sont les protocoles originaux fait de ça parce que il a fallu moi que je me libère de ce que j'avais vécu, donc à 30 et 40 ans, qui venait à la fois du Transgénérationnel et du Karmique.

Olivier

Voilà. Et quand on a compris ça, Eh bien on est tout petit. Après devant devant l'univers, on comprend qu'en fait chaque jour est un jour nouveau. Et qu'il faut une certaine discipline dans le développement personnel. Je crois pas aux objets magiques, je crois pas aux effets waouh en fait c'est de déprogrammer les programmes qu'on n'a pas encore pris conscience et de reprogrammer. Et ça, demande de la constance et de la persévérance. C'est peut être la chose que qui n'apparaît pas dans les livres quand on lit des livres ou qu'on fait des stages, mais c'est la répétition de toutes ces choses là qui va permettre de reprogrammer.

Julie

Oui, c'est ça. C'est à dire que comme vous le disiez, cette loi de l'attraction ou de

vibration, elle ne prend pas de vacances ni de week-end. Donc si on regarde un film un peu triste et qu'après, du coup, on a cette vibration en nous, forcément, on peut attirer des ennuis. Alors cet art de vivre, ça commence dès le matin. Moi j'ai vu dans votre nouveau livre, le rituel comme un socle le matin, vous avez des protocoles que vous recommandez, cinq minutes,

Julie

pour mode Alpha, 5 minutes mantra. Qu'est-ce que vous faites-vous.

Olivier

Alors tout à fait, parce que j'ai un objectif tous les matins. Mon premier objectif, c'est d'aller bien. Je peux pas envisager la journée si je suis pas bien. Alors attention, je suis pas un super homme, je suis pas un Superman, je suis fatigué, il y a des moments où je me lève, je dis "oh punaise, vivement ce soir !" Mais à partir du moment où je mets les pieds sur terre, Dès que je sors de mon lit, Eh bien, je m'approprie cette phrase de Voltaire, J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour ma santé. Moi je veux dire, c'est aussi bon pour ma vie.

Olivier

Comment la vie pourrait me répondre ? Si je suis pas bien et que je suis en colère par rapport à quelque chose ou que je suis fatigué, la première chose que l'on va en fait manifester, c'est le miroir que l'on est par rapport aux autres et souvent la problématique des gens. Vous savez, ils se lèvent le matin, ils sont comme ça, ils ouvrent les volets. Ah il fait beau, je suis en pleine forme ou il fait pas beau ? Ah comme ça, mais l'extérieur ne doit jamais imprimer l'intérieur.

Olivier

Ça, c'est une un de mes mantras. Rien d'extérieur ne modifie ce que je programme sur mon écran intérieur. Ça c'est pas possible. Parce que sinon ça veut dire que vous n'avez plus du tout de libre arbitre et vous n'êtes surtout pas aux commandes de votre vie. La première chose le matin ? C'est vraiment d'aller bien. Alors il y a plein de techniques. Rentrer en État Alpha, on peut tapoter avec la main parce que ça fait plus de vibrations au niveau du thymus pendant une à 2 Min. Ça permet de faire une inversion psychologique de vos émotions. Moi j'utilise alors ça c'est pas de l'EFT, je le fais derrière la fontanelle, ça c'est les 1000 réunions.

Olivier

Qui permettent de générer des endorphines. Quand vous faites ça pendant 2 Min, après je vais faire ici et après je vais faire là pendant 2 Min, ce qui permet de travailler sur la vésicule biliaire et sur la vessie, donc la peur et le doute. Et je finis par comme si vous alliez pendant chez le coiffeur en faisant le tour des oreilles comme ça. Et là je peux vous dire, ça fait monter les énergies. Parce que c'est le triple Réchauffeur, donc vous agissez sur la partie instinctive, la partie cœur, la partie mentale. Je fais ça, je suis en pleine forme, je peux vous dire que vous faites disparaître tout très rapidement.

Olivier

Vous avez bien sûr le point karaté pour ceux qui connaissent. Alors je fais pas

moi l'e. FT, je fais juste des points qui inversent et ça c'est toute ma panoplie que j'ai mis dans un truc qui s'appelle 25 jours, 25 exercices pour que les personnes puissent prendre l'exercice dont ils ont besoin. Mais ils n'ont pas, on va dire d'excuse. Vous allez pas bien ? C'est pas la faute à la belle-mère, c'est pas la faute à la femme ou à l'employeur ou à la nouvelle que vous avez eue hier soir. C'est vous qui décidez de ne pas vous mettre au diapason, donc de votre bonheur, parce que c'est ça qui est important.

Olivier

C'est pour ça que je parle de positive altitude, pas être positif, béat. En étant dans le déni, mais d'être dans l'altitude, c'est à dire prendre de la hauteur. Et comme disent les Chamans, l'altitude c'est le point le plus haut du ciel, c'est à dire se mettre en position méta méta. Pour ceux qui connaissent la PNL, on connaît la position méta par rapport à 2 choses, mais il y a la position qu'on appelle du martien ou de la Lune, c'est à dire on regarde la position d'en bas et là et là ça permet d'être totalement dissocié.

Olivier

Alors pourquoi c'est important d'être dissocié ? Je vais parler de la 5e loi du Kybalion qui s'appelle la loi de polarité, c'est à dire que dès que vous allez dans un extrême. Aussitôt l'univers vous renvoie donc de l'autre côté, donc quand vous êtes ouais, super génial, Yes je suis bon, le truc qui vient de m'arriver, vous inquiétez pas, ça va pas durer. C'est la voie du milieu, c'est ça, c'est la voie du milieu. Exactement, les taoïstes appellent ça la voie du milieu en Égypte aussi, donc c'est la loi de polarité, vous partez trop dans la l'excitation, il va vous tomber un truc et du coup vous êtes avec des up et des down.

Olivier

Et en fait, vous êtes vulnérables alors qu'en fait, Ben super génial. J'ai de la fierté d'avoir eu ça, mais j'ai de la gratitude. La gratitude, ça va être vraiment le l'antidote à cette loi de polarité et l'antidote ou le poison plus exactement de loi d'attraction, c'est l'impatience. Les gens sont tellement dans l'impatience qu'ils la repoussent. Et ce qu'il faut, c'est être dans la gratitude, pas la gratitude de tout ce que l'on a, mais aussi la gratitude. Bien sûr de ce qu'on a eu, mais de ce que l'on va recevoir.

Olivier

Et quand on est dans la gratitude absolue, c'est à dire je remercie des choses positives qui sont en train d'arriver, je peux vous dire que vous neutralisez cette polarité.

Julie

Ça, c'est une belle énergie aussi, la gratitude. Qu'est-ce que vous dites aux personnes parce que vous dites voilà le matin, je ne mets pas les pieds sur terre si je ne suis pas en forme ? Ben il y a des gens qui sont dépressifs, il y a des gens qui sont dans des situations de maladies très invalidantes. Est-ce que on peut leur tenir le même discours ou est-ce que vous avez un biais pour justement les mettre dans un mode d'accueil.

Olivier

Le premier biais que j'ai, le premier biais que j'ai par rapport donc aux gens qui sont dépressifs, c'est de mettre une date limite. À la déprime. Voilà voilà, il y a une date limite. Eh Ben dans un mois, dans 15 jours, dans 3 semaines, c'est fini. Si on commence pas comme ça effectivement, Ben on va toujours entretenir cet état d'être, c'est à dire je suis malade, non je suis pas malade, j'ai une maladie, je suis en colère, non je suis pas en colère, j'ai de la colère. Le problème quand on s'identifie.

Olivier

À la maladie, c'est que ça devient notre vêtement, on le porte tout le temps sur nous et en fait il faut se dissocier. Donc effectivement j'ai de la fatigue, je suis pas fatigué, j'ai de la fatigue, j'ai une maladie, j'ai une dépression, j'ai une déprime et je mets une date limite à cette dépression, c'est à dire je vais tout mettre en place pour sortir de cette dépression. Comme j'ai une école de coaching, c'est ce que j'explique aux gens, il y a ceux qui veulent quelque chose. Vouloir, ça reste au niveau du mental, il y a ceux qui désirent quelque chose, là ça devient un peu plus fort parce que, au-delà de l'aspect mental, dans le désir, il y a le cerveau limbique et les émotions sont importantes.

Olivier

Et puis il y a ceux qui disent, je suis pas dans le désir, je veux absolument réussir à faire ça. OK, là on commence à rentrer dans le subconscient, mais tant que vous n'êtes pas passé sur le mode, il y a pas de il y a pas. 2 alternatives c'est soit je réussis, soit je réussis, c'est à dire je mets tout en place pour atteindre l'objectif. C'est cette démarche qu'il faut avoir et malheureusement Ben des personnes sont pas encore dans cette prise de compréhension. Alors comme vous dites, Ben il y a des choses des fois très invalidantes et effectivement il faut aussi être bienveillant et prendre conscience de ça.

Olivier

Mais le problème qu'il y a c'est que effectivement, tant qu'on en a pas marre d'en avoir marre, c'est ça. On peut pas, tant qu'on n'a pas touché le fond, on peut pas remonter. Moi je suis passé par des choses difficiles et j'ai accompagné des gens dans des choses difficiles. Et à un moment donné, il y a un déclic qui commence que c'est quand on en a marre d'en avoir marre.

Julie

C'est ça quand on a touché le fond et que et qu'on décide, il y a une sorte de. De sursaut. Et ça c'est quelque chose qui est un peu mécanique, qui correspond à la vie qui passe. Et au moment où on se dit Bon Ben voilà, on passe à autre chose.

Olivier

Ou c'est la loi de polarité. Encore une fois, on retrouve toujours ces 7 lois. C'est aussi ce qu'on appelle la loi du rythme. La loi du rythme, c'est à dire c'est la 6e loi, comme quoi toute chose démarre. Se maintient et descend. Lavoisier a dit la même chose en disant rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme. Mais dans le kybalion on explique que par exemple vous créez un projet ou une

société, la société Ben elle va être waouh en accélération pendant 5 ans elle va se maintenir et puis après elle va descendre. C'est les cycles de vie de tout et ça Ben il faut anticiper quand on connaît ce principe-là.

Olivier

Moi je dis toujours quand je crée un projet, je me projette pas pour qu'il y ait un super chiffre de tant. Moi je me projette pour être toujours là dans 20 ans. Quand j'ai fait mon école d'hypnose il y a 15 ans, c'est ce que j'ai dit. Ouais, c'est ça fait maintenant 15 ans. Quand j'ai créé mes groupements de pharmaciens, c'est pareil, je les ai durés de 2002 jusqu'en 2015, mais à chaque fois, malgré les changements de conjoncture, je me suis projeté avec l'intention que il y ait je sois toujours présent là dans 15 à 20 ans.

Olivier

Et c'est pas le but de dire je veux gagner tant par mois, c'est que je veux gagner tant par mois pendant 20 ans grâce à ça. C'est ça? C'est super important parce que l'intention crée tout et surtout ça va me permettre d'avoir après un alignement avec ça.

Julie

Oui, il faut toujours être précis aussi, ça c'est bon à rappeler. Effectivement, aujourd'hui, dans ces moments où on peut perdre un peu des repères, le monde bouge beaucoup. On a beaucoup de questionnements, qu'est-ce que tu veux faire ? C'est pas forcément évident de répondre à la question. Il y a quand même beaucoup de gens qui se posent des questions.

Olivier

Ah Ben tout à fait. Alors je vais en parler juste après. Je vais juste donner un élément pour montrer aux gens en quoi c'est important. Dans mon cabinet d'hypnose, je recevais beaucoup de personnes qui n'arrivaient pas à avoir une relation stable et je me rappelle d'une femme qui me dit Bonjour, je viens vous voir parce que ça y est, ça s'est arrêté, je rencontre quelqu'un, puis ça dure pas plus de 5 ou 6 mois, OK ? Alors je dis d'accord, quand vous avez rencontré la personne, quelle était votre intention ? Et elle me dit de rencontrer quelqu'un. Ben voyez-vous l'avez rencontrée.

Olivier

Elle me dit oui mais je voulais rencontrer quelqu'un pour avoir une relation. Ben vous avez eu une relation. Oui mais j'aurais voulu avoir quelqu'un pour effectivement me mettre en couple. Oui mais c'était pas votre intention, c'était de rencontrer quelqu'un. C'est ça qu'il faut comprendre. Mais la chose positive dans ce que je viens de dire. C'est que si tout d'un coup vous êtes avec quelqu'un dans un couple qui veut pas se mettre en ménage avec vous, qui veut avoir une relation, que qui soit que le week-end ou le soir, si vous changez votre intention, Eh bien soit la personne c'est la, c'est le changement de niveau un va sentir l'intention et elle va changer, soit elle va partir et vous allez pouvoir attirer une nouvelle personne qui correspond à votre nouvelle intention.

Olivier

C'est pour ça que mon mantra préféré c'est que tout tourne toujours à mon avantage. C'est à dire que j'ai l'intention d'avoir un couple merveilleux. Pam, la personne elle se barre. Eh Ben non, il y a un cadeau caché parce que vous auriez pas pu l'avoir avec cette personne-là. Et là il faut faire sauter le bouchon de champagne. C'est que l'univers il répond à votre intention, votre intention, elle est mobile, elle bouge tout le temps et il faut que vous compreniez que c'est ça. Qui va faire le sel de la vie ? Mais pour comprendre ça et le maîtriser, il faut avoir un alignement, comme on disait dans ce monde qui est très vica, comme on dit, volatile, incertain.

Olivier

Et le problème c'est que la plupart des gens se font prendre par le système Ped PAIDP, c'est la pression, a c'est l'addiction, l c'est l'immersion, l'immersion d'images des réseaux sociaux. Et puis le D c'est la distraction. Parce que pour moi le problème qu'il y a aujourd'hui, c'est que les gens ils sont distraits par les nouvelles, par les informations, par les projections économiques. On sait pas du tout où on va. Je prends un exemple simple aujourd'hui. Alors c'est très matérialiste ce que je dis, mais les gens savent pas si on est en Bull run ou si on est en Bear Market pour le Bitcoin, c'est à dire qu'il y a plus aucun repère.

Olivier

Les gens ne savent pas si on va vers quelque chose qui progresse. Il y a rien aujourd'hui qui est stable et donc la seule chose qui est stable, c'est la sécurité intérieure que vous pouvez vous apporter pour ça que une des premières techniques que j'apprends c'est la bulle 3P, c'est à dire une bulle qu'on se construit alors soit énergétiquement avec le magnétisme, soit avec l'Hypnose 3P parce qu'on est protégé, paisible et toujours positif. Protéger toute énergie négative paisible parce que quand on est en paix et bien on n'a plus de doutes et on manque pas de confiance et surtout donc toujours positif.

Olivier

Et ça je demande aux gens quand ils ont fait après cet ancrage. De pouvoir retrouver un élément de leur vie où ils ont eu un traumatisme ou une déception. Et on va faire l'ancrage, c'est à dire qu'on va retrouver cette bulle 3P au moment où ils ont vécu ce traumatisme pour effacer le disque dur. Et faire en sorte Ben de pouvoir mettre une nouvelle information dans l'inconscient parce que c'est l'inconscient comme je le disais tout à l'heure qui nous manipule. Donc il faut enlever Ben ces éléments du passé qui ont pas été désirables et mettre formater quelque chose d'autre pour pouvoir entraîner une autre vibration justement.

Julie

C'est ça. Et donc du coup, déprogrammer l'existant pour reprogrammer un meilleur futur, c'est quand même un vrai sujet. Et est-ce que c'est plus compliqué quand vous avez des personnes qui viennent à vous et qui ont déjà des heures de vol on va dire à partir de 50 ans ? Parce que du coup ils ont plus d'inconscient et plus de longueur de vie et de enfin. C'est sédimenté. Enfin je sais pas

Comment expliquer ça alors qu'un jeune va peut-être être un peu plus souple et facile à remettre dans un dans une compréhension.

Olivier

C'est vrai qu'il y a une nouvelle génération et je le vois par rapport aux sportifs parce que les sportifs ils ont plutôt entre 20 et 30 ans. Nouvelle génération qui a été on va dire nourri aussi grâce à Youtube parce que Youtube c'est quand même quelque chose qui arrive. Moi j'ai découvert Youtube dans les années 2011, 2010, 2011. À l'époque, je regardais beaucoup Olivier Roland pour pouvoir vivre de mon blog et c'est un an après que j'ai dit Ben je vais faire mon site internet et je commençais à faire des premiers programmes. Et puis j'ai découvert des personnes qui étaient dans l'environnement, donc spirituel.

Olivier

Donc en 2013, Eh Ben je regardais Lilou Macé parce que c'est à peu près à ce moment-là qu'elle est arrivée, 2 ou 3 autres personnes. Et puis il y a eu vraiment un engouement à partir de 2016, 2017. Et donc les jeunes aujourd'hui, Ben ils ont des choses qui sont proposées pratiquement à outrance, que ce soit sur Instagram ou Youtube. Nous jusqu'en 2015, on n'avait pas beaucoup de programmes, nous c'était plutôt des livres. Donc c'est une génération différente. Sauf que la génération comme vous disiez de 50 ans, Ben elle a aussi eu des frustrations. Elle sait que c'est pas facile, que malgré les stages ou les livres, Eh bien ça se met pas en place comme ça parce que comme je le disais tout à l'heure, c'est tout un ensemencement important.

Julie

C'est ça, il faut, que le temps se passe. Alors dans votre livre, j'ai appris également que souvent on dit il faut 21 jours pour en créer une habitude. Vous dites que c'est plutôt 25 et 40 derrière le temps? .

Olivier

Oui, c'est ça. Alors moi j'étais le premier à répéter Ben cette bêtise de des 21 jours pour programmer le subconscient. Pourquoi ? Parce que, à la fac de pharmacie, comme également donc en médecine, on apprend que les cellules se renouvellent en 21 jours. Les cellules du corps se renouvellent en 21 jours sauf les cellules, les globules rouges, c'est à dire les hématies. Elles, se renouvellent en 60 jours. Mais votre corps se renouvelle voilà toutes les 7 jours.

Olivier

Tous les 21 jours. Pardon, il y a que les cellules de l'estomac c'est en 12h00. Les cellules de l'intestin en 24h00. Donc c'est pour ça que c'est important. Je fais un petit aparté au passage, quand on fait un petit jeûne de 24h00 tous les mois, c'est bien parce que ça permet au système digestif de se renouveler, mais ça repose sur aucun fondement. Les gens qui font du reiki. Moi j'ai eu des systèmes énergétiques qui m'ont été enseignés. Effectivement, on va faire les impositions des mains sur soi pendant 21 jours, mais là ça a un sens parce que l'énergie que vous donnez à la cellule comme les il y a un cycle de 21 jours.

Olivier

Il faut aller jusqu'à 22 pour que l'information soit donnée à la cellule fille. Mais le subconscient, ça fonctionne pas comme ça. Toutes les recherches aujourd'hui neuroscientifiques montrent que c'est entre 45 et 50 jours. 60 jours, on est tranquille et c'est pour ça que c'est la répétition, parce qu'on croit, on crée des réseaux neuronaux. En fait, vous étiez par exemple sur une route départementale. Et vous êtes en train. Ça c'était vos habitudes. Vous êtes en train de vouloir mettre d'autres choses en action.

Olivier

Mais le chemin, il est pas créé, ? Donc vous avez la facilité du subconscient qui va reprendre d'habitude de la route départementale. Mais vous, avez un petit chemin vicinal. Et au fur et à mesure, au bout de 2 semaines, 3 semaines, 4 semaines, le chemin vicinal devient départemental. Il devient national. Et si vous le faites pendant 2, 3 mois, Ben ça devient une autoroute. Mais au départ, vous n'avez pas l'autoroute. Et donc le problème qu'il y a, c'est comme l'apprentissage quand on lit des livres pour les retenir parce que vous lisez 1£, c'est génial.

Olivier

3 mois après, vous voulez en parler aux amis ? Extraordinaires. Parce qu'en fait, ce qu'il faut savoir, c'est que le cerveau fait des remises à jour toutes les 4 jours. C'est à dire que vous lisez 1£ si vous le lisez pendant 2 3 jours, c'est parfait. Mais au bout de 7 jours. Il y a une remise à jour, c'est à dire tout ce qui n'a pas été stimulé de du jour 4 au jour 8 et bien. Et il s'aperçoit que effectivement, Ben vous n'en avez pas eu besoin. Donc il fait un tri par rapport aux choses qui rentrent dans le quotidien ou pas.

Olivier

Donc l'astuce quand vous lisez 1£, c'est tous les 4 jours de revenir dessus, d'avoir écrit sur un cahier, d'écrire des choses. Il faut pendant pendant un mois, il faut revenir tous les 4 jours et après c'est toutes les semaines. Et au bout de un mois et demi, ça y est, c'est entré, ça c'est important. Et moi je m'en suis aperçu parce que les gens me disent, mais tu as une mémoire extraordinaire. J'ai dit, mais quand je donnais des enseignements, donc chez Pégase, je préparais pendant 20 Min le Paperboard. Et comme j'avais 3 conférences différentes, je faisais 3 paperboards et j'avais besoin du Paperboard pour lire les choses.

Olivier

Mais je faisais ça une fois par mois. Au bout de 4 ans, Ben je peux vous dire que c'était automatique. Et aujourd'hui, je donne mes cours d'hypnose. Le classeur fait 273 pages, je ne vais même pas ouvrir le classeur, je sais que c'est la page 180, les gens disent mais et pourtant ça fait des j'ai pendant 4 ans j'ai arrêté de donner le niveau un mais c'est intégré, c'est vraiment la répétition, ça c'est vraiment, il faut le comprendre, répéter oui.

Julie

C'est ça, c'est comme jouer d'un instrument, pratiquer un sport, faire de la peinture, c'est pas on vient pas du jour au lendemain, efficace, il faut, avoir la, il

faut l'entretenir après l'entretenir, voilà c'est ça. Vous parlez aussi de la posture physique, alors moi j'aime bien, c'est ce mot du baiser des omoplastes. Voilà, je l'ai fait de suite. Parce que le physique influe sur le mental.

Olivier

Tout à fait. Et ça, ce sont les travaux d'Amy Cuddy, qui est une chercheuse australienne qui a travaillé sur les singes, les bono, voilà, et qui voulait savoir pourquoi tel singe devenait le chef de groupe. Et son travail, c'était ça, c'était le savoir si c'était la fonction. Qui crée le mâle alpha ? Ou si c'était le mâle Alpha qui prenait la fonction et les études qu'elle a faites ont montré qu'en fait c'était une histoire que la personne prenant la posture se tient un petit peu différemment et va activer.

Olivier

Bah 2 neurotransmetteurs essentiels qui sont le corps. Enfin, c'est les hormones, plus exactement le cortisol et l'hormone de croissance. L'hormone de croissance, c'est l'hormone du choc entreprise. C'est l'hormone de la confiance en soi et le fait ça c'est les travaux d'Amy Cudi qui a fait des analyses de sang avant. Après si vous tenez comme ça, mais c'est pas se tenir droit là quand je le fais, donc dans des visios je montre aux gens, c'est de plaquer les omoplastes, c'est à dire se tenir droit. Vous pouvez vous tenir droit comme ça, mais là c'est je mets les omoplastes derrière.

Olivier

En fait vous ouvrez la cage thoracique, c'est ça, c'est pas se tenir droit, c'est ça ? Et le fait de faire ça, envoie donc des messages au niveau de l'HYPOTHALAMUS. L'hypothalamus est en lien avec 26 hormones qui passent par l'Hypophyse, c'est l'axe LHRH, et cetera. Je rentre pas dans le détail et en fait le fait de faire ça, va, si vous restez pendant 2 Min, envoyer plein d'informations et ça va libérer de l'hormone de croissance qui fait que vous allez être dans une confiance en vous extraordinaire.

Olivier

Ça, c'est ce que je fais quand j'ai un rendez-vous, je le fais avant. Je fais même autre chose, c'est à dire que si j'ai un rendez-vous par exemple au premier ou 2e étage, je monte l'escalier jusqu'au 7e à pied. Ça me met, ça me fait monter le cœur, je redescends et le fait de redescendre. En plus je redescends droit en prenant conscience que je suis monté au 7e, je descends et je peux vous dire que là j'ai la patate et l'énergie. Alors que si vous montez au premier étage avec l'ascenseur ou comme ça c'est pas la même chose que si vous êtes dans un petit rituel parce que c'est la préparation mentale, je monte voilà.

Olivier

Donc je vais avoir le cœur pendant 2 Min qui est au taquet, mais du coup il y a toutes les hormones qui vont pouvoir se libérer. Je fais le baiser des omoplastes et je descends comme ça. Et Anthony Robbins qui est très célèbre donc, et qui parle beaucoup donc dans ces séminaires de la posture. De la posture qui change la physiologie, parce que on n'a jamais vu de dépressif se tenir comme

ça, mais on n'a jamais vu de gagnant se tenir comme ça non plus. Donc ça c'est important parce que là, le la, posture va être identifiée par l'Hypothalamus qui en fait va libérer les choses.

Olivier

La 2e chose, c'est qu'en faisant ça et en plus après en mettant la tête comme ça, là c'est la confiance en soi, là c'est l'estime de soi, là c'est la confiance en soi et on sourit. On sourit devant le miroir, on sourit à la vie et moi je vais visualiser ma journée, donc je fais un ancrage, je visualise ma journée, donc estime de soi, confiance en soi, je projette ce que je vais faire, donc dans la journée en 2 Min et ça y est, j'ai la confiance en moi et en plus ça va faire baisser. Donc le 2e, la 2e hormone qui est l'hormone du stress, qui est le cortisol.

Olivier

Parce que les chefs d'entreprise, les dirigeants, les sportifs qui réussissent, ils ont plus d'hormones. De croissance que les autres, mais ils ont moins de cortisol, c'est à dire le stress. Ça, quand on comprend ça, Ben on change sa vie. C'est de dire des petits exercices qui vont vous permettre, si vous voulez, d'avoir des skills qui vous mettent au taquet alors que vous étiez peut-être fatigué le matin en vous levant du lit, mais vous avez décidé de passer à autre chose.

Julie

C'est ça, c'est ce que vous dites le matin, ça peut être ou un tremplin ou un piège. Si on se lève pas du bon pied et qu'on n'a pas le bon mindset, on va rentrer dans une mauvaise vibration et donc du coup, les enquinements vont arriver en cascade.

Olivier

C'est ça la loi, c'est ça, c'est ça. Mais le matin, ça se prépare la veille en se couchant 5 Min avant de s'endormir, de visualiser sa journée du lendemain réussie. Parce que souvent, moi j'avais des clients qui me disaient Oh là j'espère que demain ça va bien se passer. Ah, j'ai un rendez-vous, j'espère que ça se passera bien. Je lui dis, mais attendez, en disant Ça vous créez du doute toute la nuit, vous avez du doute. Alors qu'en fait, si vous projetez que ça va bien se passer et que vous endormez en disant un un mantra, moi je dis par exemple, succès, succès ou abondance, abondance si vous êtes malade, mais santé, santé, santé si vous êtes en recherche d'amour, amour.

Olivier

Eh bien, ce mantra tournant dans la tête va empêcher les idées négatives de rentrer. Parce qu'il faut savoir que on peut avoir qu'une émotion à la fois, on peut pas avoir 2 émotions, on peut en avoir qu'une. Et moi je choisis en me couchant l'émotion que je vais avoir, donc je vais visualiser les rendez-vous qui se passent bien. Succès, succès, succès. Et vous allez vous réveiller à 3 4 h du matin en prenant conscience que le succès continue à tourner dans la tête. Ça fait 3 4 h. J'ai dit ***** ça c'est génial parce qu'il y a rien d'autre qui est rentré, ça c'est des trucs simples. Et me et il faut pas me dire qu'on n'a pas le temps, j'ai pas le temps.

Olivier

Non non c'est pas vrai ça ce que je viens de dire, tout on peut le faire et le matin en se réveillant en faisant 2 h on peut le faire. Mais comme on a pris l'habitude de se lever, d'aller chercher le l'iPhone, de regarder les réseaux sociaux, là on va passer 5 Min mais on va pas faire les 2 Min qui vont changer la vie. Après c'est sur quoi on investit notre temps.

Julie

Ça c'est sûr. Et effectivement la facilité c'est de faire un peu comme tout le monde, comme son voisin et on se voit bien que les téléphones ça rend pas forcément les gens heureux. Il y a beaucoup de problématiques de santé et y compris ceux de santé psycho et je pense que les écrans et cette passivité, le paid là dont vous parlez PAID c'est ça.

Olivier

Pression, addiction, immersion, distraction.

Julie

Voilà bon Ben il y a quand même beaucoup de ces choses-là dans le téléphone avec les notifications avec voilà la distraction, l'immersion, parce que une image on plonge dans une image évidemment donc. Et puis Ben on voit, on voit bien aujourd'hui que ça crée de la dépendance ça c'est sûr. Donc c'est peut-être effectivement au lieu de prendre son téléphone, utiliser ses mains pour faire des points de des points.

Olivier

De tout à fait, mais on peut utiliser le téléphone. Je vais vous apprendre 2 techniques pour hacker votre téléphone à votre avantage. La première chose c'est de faire sonner votre téléphone toutes les heures. Voilà et quand voilà je vais vous montrer parce que moi il est paramétré alors toutes les 10 Min 15 Min, et cetera, sur l'horloge vous allez voir toutes les heures, là c'est voyez depuis 03h30 03h40, voilà alors là comme ça et je le fais sonner toutes les heures et quand le téléphone sonne aussitôt je stoppe tout.

Olivier

Sur quoi je portais mon attention, c'est à dire qu'est-ce que je pensais, c'est à dire je me mets en mode observateur, sur quoi je portais mon attention, OK, et sur quoi je pourrais porter mon attention. Je pourrais porter mon attention par exemple sur le weekend à venir, je pourrais porter mon attention. Ben sur le livre que je suis en train de finir ou je pourrais porter mon attention. Ben sur l'objectif que j'ai actuellement, par exemple au niveau du sport, je fais un peu de golf de pouvoir faire ça. Voilà donc j'ai 3 possibilités, laquelle je choisis de mettre en place, c'est à dire en fait j'ai coupé le côté automatique et j'ai décidé de choisir ça.

Olivier

Là je prends conscience que c'est moi qui peut interrompre. Si je fais pas ça, je suis pas capable avec toutes les dispersions, les téléphones, les distractions de le faire moi-même. Le téléphone je le l'utilise vraiment comme un outil. 2e chose,

je reçois une notification ou. Quelqu'un m'appelle ou quelqu'un m'envoie un message, donc c'est pas moi qui ai décidé de programmer le téléphone. Donc là je vais faire ce que j'appelle la technique Sim SIM, comme ça permet aux gens d'être vraiment au diapason donc de leur téléphone.

Olivier

C'est à dire que quand je reçois la notification, quelles sont les sensations que j'ai, quelles sont les images que j'ai et le mental que j'ai ? Parce qu'en fait c'est les 3 choses. Le mental, c'est vraiment ce qu'il faut aligner avec. Des images qui est le subconscient et les sensations, c'est l'inconscient. Quand vous alignez votre mental avec les sensations et les images, vous avez l'alignement des 3 mois si vous voulez manifester des choses que vous souhaitez. C'est pas uniquement de dire je veux créer une société dans 2 ans, il faut que je la vois dans 2 ans, mais que j'ai la sensation que je suis fier de l'avoir créée.

Olivier

Donc c'est d'aligner ça. Donc ça veut dire que chaque fois que je reçois une notification, un message ou un appel, donc je réponds jamais directement, je rappelle toujours. Je précise aux gens, je ne réponds jamais au téléphone, je ne décroche pas parce que Ah tiens, y a un truc, ça veut dire que je suis dans l'urgence. OK, il m'a appelé, je me mets comme ça, si je suis pas bien, je tape comme ça. Quelle est la, l'image que j'ai, la sensation, le mental et j'appelle une ou 2 Min après quand je me suis programmé, c'est surtout d'arrêter ces attitudes bêtes, la personne elle a pas besoin de vous avoir là à la minute près.

Olivier

Ça peut être dans 2 ou 3 Min et c'est tout ça que j'apprends aux gens, c'est à dire d'arrêter d'être conditionné par des trucs instinctifs. Et c'est comme ça qu'on qu'en fait on perd le fil. Donc le Sim, c'est sensations accordées avec des images et le mental. Donc du coup ça me permet de dire quelles étaient les pensées que j'avais, mais surtout les sensations que j'ai. Alors si je suis pas bien, je vais faire ça l'image que j'avais. Ah justement, j'étais en train de penser à ce que j'ai vu passer tout à l'heure que il y a un problème sur la guerre en Ukraine ou Russie ou un truc en Afghanistan.

Olivier

***** mais ça veut dire que je suis en train de perdre totalement l'alignement, c'est ça ? Et ça, si vous faites ça, personne n'a le droit de me dire qu'il n'a pas le temps, parce que c'est pas une histoire de temps, c'est une histoire d'organisation et de prendre conscience du bien fou. Vous faites ça 48 heures, vous pouvez vous dire votre vie elle change et vous n'aurez plus envie d'arrêter.

Julie

C'est ça, parce qu'il y a un vrai bénéfice tout de suite, on sort du mode réactif. Du mode urgence qui nous met en pression, il y a une sorte de le CE cortisol, cette hormone du stress, elle est un peu addictive ? On a tendance à se dire Ah bah sinon on va s'ennuyer quoi s'il y a pas un petit coup de boost comme ça alors qu'en fait elle est addictive.

Olivier

Comme la dopamine, on a 2 hormones addictives, alors la dopamine c'est plutôt un neurotransmetteur, donc on a besoin d'excitation et c'est pour ça que le téléphone, quand on nous consulte en permanence, il nous donne de la dopamine. Mais le problème de la Dopamine, c'est que vous avez votre shoot de dopamine tout d'un coup parce qu'on va aller sur les réseaux sociaux. Mais la quantité ne sera pas la même à la 2e fois, donc il faut y rester plus longtemps ou y venir plus souvent. Et en fait c'est une drogue. La 2e chose, le cortisol, le cortisol.

Olivier

Eh bien c'est ce qui donne la puissance quand les gens sont dans le burn-out, Ben c'est le cortisol. Il a été libéré par les Corticosurrénales, il a repris, il a pris le relais de l'ADRENALINE et en fait on est dopés, on se sent Superman, on porte le monde, on peut faire des trucs. Et puis une semaine après vous écroulez parce que plus y a le cortisol, plus y a la l'acétylcholine cortisol Acétylcholine Cortisol Acétylcholine jusqu'au moment où y a plus de cortisol et l'Acétylcholine Ben elle redescend pas et vous êtes à 7 de tension et vous mettez un an et demi à 3 ans pour remonter.

Olivier

Parce que ça c'est le verdict. Quand vous êtes dans le burn-out, c'est minimum un an et demi, un an et demi à 3 ans.

Julie

Et ça change de plus en plus de personnes et y compris des jeunes, et cetera. Donc c'est vraiment un problème de santé publique et il faut faire attention effectivement à ce côté. Ben j'ai pas le temps, j'ai des responsabilités, faut que je tienne. En fait non, c'est pas du tout une façon de faire. D'ailleurs vous dites bien il faut arrêter de faire des to-do list. Parce qu'on n'est pas des faire humains, il faut faire des to feel list parce qu'on est des êtres humains et ça c'est très juste je trouve.

Olivier

C'est exactement ça, c'est à dire s'imposer de faire les choses. Il faut que je fasse ça, mais c'est le début du burn out, il faut que je fasse ça. C'est à dire que moi ce que j'explique aux gens que je forme en coaching, je dis il y a l'urgent et l'important. Donc Eisenhower a fait sa fameuse matrice et moi je dis Ben il y a rien d'urgent parce que les délais ça se négocie. Quand la personne dit j'ai besoin de ça pour demain, je passe un coup de fil ou je dis je pourrai pas, tu feras autrement, je pourrai pas avant lundi, c'est moi qui vais imposer le délai.

Olivier

C'est parce que il y a une chose importante qu'il faut que le monde comprend, c'est que si vous posez pas le cadre, c'est l'autre qui va poser le cadre et si vous posez pas le cadre dans votre vie, c'est ce que j'explique au coach, c'est l'univers qui va poser le cadre, ça c'est important. Toutes les personnes qui ont été victimes de pervers narcissique. Qui ont fait un burn out à chaque fois. Je

leur dis, mais vous avez pas posé le cadre ? Parce que si vous posez le cadre, rien d'extérieur ne va changer ce que vous programmez, comme je l'expliquais sur votre écran intérieur.

Olivier

Là, la loi de vibration, elle va s'activer pour vous parce que. Dès qu'il y aura un truc désharmonieux vous direz non non stop là c'est pas du tout le deal. Tu me parles pas comme ça parce que les gens me disent oui mais la personne elle était charmante au départ. Oui oui elle était charmante mais après elle était plus. Donc vous auriez pas dû accepter qu'elle ne le soit plus. Oui mais j'étais amoureuse. Ben non, je suis désolé, ça fait la 3e fois que ça vous arrive. Tant que vous aurez pas posé le cadre, ça vous arrivera 4*5 fois. L'univers vous fait travailler là-dessus, donc posez le cadre et on est strict.

Olivier

Ça c'est vraiment important parce qu'on va vous respecter et à partir du moment où vous respectez, l'univers va vous respecter et vous aurez que des rencontres de personnes qui vous respectent.

Julie

Ça c'est quand même une bonne nouvelle. Alors quand je vous entends, j'ai l'impression qu'effectivement ça doit bien fitter avec les sportifs. Parce que eux, ils ont l'habitude de faire attention à ce qu'ils mangent, de faire les exercices tous les jours pendant. Il y a une discipline qui va bien avec le monde du sport et qu'aujourd'hui effectivement, dans Ben dans les autres univers, il y a pas forcément cette rigueur. Est-ce que voilà vous comment vous arrivez à emmener ? Ben voilà des gens qui sont des artistes, des ingénieurs, des créatifs dans le monde de la rigueur justement pour alors c'est.

Olivier

Tout à fait ça parce qu'effectivement Ben j'ai eu un challenge à partir de 2015, 2016 où effectivement alors après maintenant comme je suis beaucoup dans les conférences et les je suis beaucoup moins de personnes mais surtout je choisis ce que j'ai envie de suivre. Mais ça a été difficile pour moi. Tout d'un coup de dire j'ai des sportifs que je voyais essentiellement le weekend ou le lundi et puis de revenir dans la semaine et d'avoir des gens qui font que se plaindre. Et je me suis dit, mais les sportifs, ils se lèvent en pensant à leur objectif, ils travaillent en pensant à leur objectif, ils mangent en pensant à leur objectif, ils boivent en pensant à leur objectif, ils font l'amour en pensant à leur objectif, ils sont cadrés sur ça.

Olivier

Par contre, les personnes que j'avais dans mon cabinet, ils s'étaient fixés sur leurs problèmes. Et c'est et c'est là que quand j'explique aux gens la loi d'attraction, c'est très simple, c'est, est-ce que vous êtes basé sur des objectifs d'accroissement ou est-ce que vous êtes basé sur le manque ? Et le problème, c'est que 90% de la population est basée sur le manque, le manque d'amour, le manque d'une personne sur le manque au lieu de se projeter sur le truc positif.

Par exemple, si une personne actuellement qui m'écoute est célibataire et elle dit voilà, je suis toute seule, Ben tu sais quoi ?

Olivier

Ce que tu fais le soir quand tu manges, tu manges pas comme un célibataire, tu installes une d'autres couverts avec une assiette avec le verre. Donc de la personne qui va, qui va venir bientôt dans ta vie, dans ta maison.

Julie

On peut épingler la photo de Brad Pitt sur la chaise d'en face si.

Olivier

On veut exactement, mais c'est déjà un conditionnement mental différent. Je mange en étant dans l'accueil d'une vibration nouvelle de quelqu'un. Alors Brad Pitt, on peut mettre ce qu'on veut, mais je réserve des assiettes et une place pour la personne qui va rentrer dans ma vie. Au lieu d'être je suis toute seule, puis on va manger vite, et cetera. C'est un changement d'attitude qui va faire toute, on va dire la différence et ce sont plein de petits outils. Alors que le sportif, quand je lui demande par exemple de faire un ancrage qu'on fait en hypnose, Eh Ben le sportif il va pas le faire une ou 3 fois.

Olivier

Je vous dis vous le faites 3 fois par jour, il va le faire 50 fois par jour. Et j'en ai même qui m'ont dit Si je le fais 60 ou 70 fois, je deviens champion du monde. Je leur ai dit, il faut le faire 100 fois pour être champion olympique, ils vont le faire 100 fois. Alors que quand je donne cette instruction aux gens de dire vous ferez l'ancrage, Ben tous les matins le 12h00 le soir, Eh bien ils me trouvent toujours des excuses en disant Ben j'ai pas le temps, alors ça c'est pas vrai, faire un ancrage c'est juste de devoir que l'on met comme ça. Ah j'ai oublié. Ah je l'ai fait pendant un jour et en fait c'est tous les sabotages que les gens mettent en place.

Olivier

Pour en fait rester victime. Alors je sais que c'est un peu dur ce que je suis en train de dire, mais c'est parce qu'il y a l'ancien moi qui veut pas le nouveau, qui veut pas l'arrivée du nouveau. Pourtant le nouveau ça va être vraiment une route extraordinaire.

Julie

Les bénéfices secondaires dont on parlait en tout début d'entretien. Cet ancien moi, il a l'habitude, il connaît la chemin de la départementale par cœur, même si elle est moche et qu'il y a des nids de poule et donc il a l'habitude de son nid de poule, il se le prend tous les jours et puis voilà, on avance comme ça, c'est difficile de d'oser la nouveauté et d'oser ouvrir un un nouveau chemin, ça demande de l'engagement personnel et là les sportifs, ils ont un engagement personnel qu'on n'a pas forcément.

Olivier

Exactement, mais tant qu'on n'a pas mis, c'est ce que je dis, il faut 4 objectifs. Il faut un objectif à très court terme, un objectif à court terme à moyen terme et à

long terme, mais tout le temps. Alors l'objectif à très court terme, c'est 15 jours à un mois. L'objectif court terme, c'est un à 3 mois. L'objectif moyen terme, c'est 6 mois à un an et le long terme, c'est au-delà de 2 ans, 2 ans à 3 ans, 3 à 5 ans. Le problème des gens, c'est que ils ont souvent un objectif pour dans 3 ans où ils voudraient gagner 1000000, mais ça, sera peut-être dans 10 ans.

Olivier

Le problème, c'est, qu'est-ce que tu fais pendant les 9 premières années ? Et en fait, quand on a un objectif à très court terme, on est dans l'action. Quand on est dans un objectif à court terme, un à 3 mois, on est dans la concentration, on reste concentré. Mais l'objectif très court terme, il nous met dans l'action. L'objectif moyen terme, 6 mois, un an, c'est la motivation. Donc action, concentration, motivation, c'est les 3 choses essentielles. Et l'ambition, c'est bien sûr pour les choses qui sont au-delà de 2 ans. Mais avant d'arriver à des choses de 2 ans, il faut avoir tous les jours l'objectif que vous avez pour fin décembre ou pour fin février ou pour fin avril.

Olivier

Quand vous arrivez à la fin du mois, est-ce que vous avez atteint l'objectif ? Si vous l'avez atteint, pourquoi ? Ça vous permet de prendre conscience d'avoir de la fierté. Si vous l'avez pas atteint, Ben soit il vous manquait des choses, soit vous avez mis l'objectif un peu trop haut et on le recalibre. Eh Ben en faisant ça, vous allez avoir l'habitude de la réussite et ça, va créer l'estime de soi. Le Bisou des omoplates, c'est ce que je dis tout le temps. Je dis quand vous avez un objectif ou quand la personne dit Ah je vais me mettre au sport d'ici la semaine prochaine, je dis Ben faites-le, vous avez dit, Vous êtes obligé de le faire.

Olivier

Ah bon ? Mais oui, parce que si tu dis un truc que tu fais pas ton subconscient, il enregistre et du coup t'as plus la fierté, t'as une mésestime de toi de pas y être arrivé. Alors qu'en fait c'est important de vraiment on va dire surveiller les choses que l'on dit et ce que l'on dit faut le faire. Et là ça va créer une autre dynamique.

Julie

Et quand vous dites "surveiller les choses que l'on dit", j'entends aussi en creux qu'il y a des formulations "j'y arriverai jamais", "de toute façon c'est trop dur et puis à quoi ça sert" qui sont aussi, dans la loi de la vibration, des invitations à tirer les problèmes.

Olivier

Ah ben tout à fait, le "jamais" et le "toujours", ça il faut arrêter ! Voilà, comme j'explique, la loi de vibration c'est très simple. Comment ça fonctionne ? C'est un supermarché, Dans lequel vous avez tout ce que vous souhaitez et qui est fermé par 2 portes. Voilà, pour ouvrir ces portes, il y a un code à 9 lettres. Le code, c'est GRATITUDE gratitude. Et si les gens veulent en savoir un peu plus, moi, le livre qui m'a vraiment fait comprendre le fonctionnement, c'est la science de l'enrichissement de wattles.

Olivier

Dans lequel on pourra en parler tout à l'heure. Justement, il parle de la gratitude, c'est ce qui nous unit au pouvoir suprême, c'est le premier en 1900, 13913, c'est avant Napoléon Hill et Napoléon Hill s'est beaucoup inspiré de lui qui explique le pouvoir de la gratitude. J'ai essayé de chercher d'où venait ce cette, historique de la gratitude, parce que tout le monde en parle, d'ipak Chopra et tout. Non, ça, a été créé il y a 110 ans, ça a été découvert et bien expliqué par wattles, et donc. Quand vous êtes dans la gratitude, Ben les portes de ce supermarché, elles s'ouvrent et vous pouvez prendre tout ce que vous souhaitez à une seule condition de ne pas dire de choses négatives.

Olivier

Alors c'est de ne pas vous comparer aux autres. Ah Ben lui il est comme ci lui, il est comme ça, c'est de ne pas critiquer les autres. Parce que si vous critiquez les autres qui ont ce que vous voulez, mais vous aurez jamais ce que vous désirez puisqu'en fait vous critiquez. La chose que les gens, les gens ont. Donc il faut pas critiquer, il faut pas se plaindre parce que dès que vous plaignez, vous critiquez, vous avez 2 vigiles qui arrivent, qui vous prennent par l'épaule et qui vous sortent du supermarché. C'est la seule chose qu'il faut comprendre, c'est gratitude et on se plaint pas, on arrête de critiquer des choses négatives et là c'est vous êtes éjecté.

Olivier

Et donc ça c'est le 2e livre sur le ho'oponopono. Où j'explique le principe de l'ahuna parce que les gens connaissent un peu le ho'oponopono. Moi je préfère donc le principe du haloa. Le Haloa c'est la philosophie hawaïenne. Le Ho'oponopono est intégré dans le Haloa, c'est je t'aime, je te bénis, je te remercie et ça c'est d'une puissance extraordinaire. C'est à dire que le matin je commence en disant j'aime ma journée, je bénis ma journée, je remercie ma journée, j'aime les gens que je vais rencontrer.

Olivier

Je bénis les gens que je vais rencontrer, je remercie les gens que je vais rencontrer et j'aime mon passé, je bénis mon passé, je remercie mon passé, j'aime mon futur, je bénis mon futur, je remercie mon futur mieux, j'aime tous mes futurs positifs possibles, je bénis tous mes futurs positifs possibles, je remercie tous mes futurs positifs possibles. Si vous répétez ça, chaque fois que vous avez le petit Calimero dans la tête qui se plaint, vous allez changer d'attitude et là je vais vous donner même la version. Que je mets dans le livre parce que j'en ai jamais parlé depuis 10 ans dans mes vidéos, la version de dualoa ultime.

Olivier

C'est pas j'aime ma journée, c'est pas j'aime mon passé, je bénis mon passé, je remercie mon passé, c'est j'aime mon passé, je bénis mon présent et je remercie mon futur. C'est à dire que si je bénis mon si je j'aime mon passé, c'est à dire que j'ai fait la paix avec lui et les traumatismes, tout ce que j'ai vécu, ça n'est plus dans ma vibration. J'ai fait la paix donc ça c'est important pour la loi de vibration, je bénis mon présent, il y a pas plus important que le présent.

Olivier

Et ensuite, je vais remercier mon futur. Waouh ! Si j'ai la gratitude avant de recevoir le futur, mais là c'est extraordinaire, c'est d'être l'anti-saint Thomas. C'est-à-dire Saint Thomas, il a besoin de voir pour croire. Moi je crois avant de voir, c'est pour ça que je vois.

Julie

C'est ça et que vous voyez exactement ce que vous allez manifester. La loi de la vibration, on l'a vu, elle vient avant la loi de la manifestation.

Olivier

C'est ce qu'on vibre en permanence, ça c'est le terrain de base. C'est pour ça quand quelqu'un va dire Oh le encore une facture, Oh là il faut dire j'aime mon compte en banque, je bénis mon compte en banque, je remercie mon compte en banque, j'envoie des vibrations hyper positives parce que aimer l'amour c'est ce qu'il y a de plus fort. Bénir la bénédiction, ça c'est la force divine, c'est la protection divine et on est sacralisé. Et en plus je remercie, c'est la gratitude. Donc au lieu de dire Ah j'ai encore une facture, Ah punaise j'ai encore un truc à payer.

Olivier

Au lieu de dire ça, on aime, on bénit, on remercie son compte en banque, ça va changer totalement les choses. Alors pas du jour au lendemain. Mais je peux vous dire que sur les 2, 3 semaines, vous allez voir des petits cadeaux qui se mettent en place, des personnes dans le restaurant qui vous offrent le café, ça se met en place parce que vous êtes dans la vibration.

Julie

Et on ressent les effets. Du coup on ressent des effets positifs de ces de ces pratiques. Au début j'imagine qu'il y a des gens qui doivent être un peu sceptiques quand même en vous disant Bah j'ai pas l'habitude de faire ça, est-ce qu'on peut le faire dans la tête, est-ce qu'il faut le verbaliser à l'oral comme.

Olivier

On veut, comme on veut ? Mais par contre le fait de dire j'aime, je bénis, je remercie, je peux vous dire au bout d'une minute le mental il est parti et c'est pour ça que vous êtes ensemencé dans un truc de positif et chaque fois qu'il y a un truc négatif, j'aime, je bénis, je remercie, voilà et ça vous faites confiance à la vie et quand une situation ne se passe pas comme vous le souhaitez, remerciez. Remercier, c'est à dire tout tourne toujours à mon avantage. Comme je disais tout à l'heure, je veux que mon couple s'améliore, je demande ça.

Olivier

Hop la personne tout d'un coup patatras, elle s'en va ou elle veut plus ? Bah tant mieux parce que l'univers est en train de répondre à ma demande, mais c'était pas la bonne personne. Donc c'est tout tourne toujours à mon avantage. Donc je le disais à mes clients, il est parti, faites sauter le champagne, vous allez être heureux. Vous auriez jamais été heureux avec lui, mais votre ego ne le voyait pas et c'est pour ça que notre ego nous bloque. Alors que quand on prend de

l'altitude, comme je disais tout à l'heure, là cette attitude qui nous permet de voir les situations différentes, c'est qu'effectivement la personne elle voulait pas être seule, c'est pour ça qu'elle s'accrochait à quelqu'un qui la rendait pas heureuse parce qu'elle voulait pas être seule, mais elle était pas heureuse.

Olivier

Or, pour être heureuse, si c'est sa demande, si c'est son intention, il fallait que la personne parte, ou alors il fallait qu'elle qu'elle se transforme. Mais ça c'est ça peut arriver, mais c'est un peu plus compliqué, ça dépend pas d'elle.

Julie

C'est ça, donc ça, c'est quelque chose que vraiment on a parfois du mal à comprendre quand on est dans l'épreuve, quand on est dans des moments difficiles, on se fait virer du jour au lendemain de son travail et on se dit, mon Dieu, mais pourquoi moi, qu'est-ce que j'ai fait ? Et cetera. Il y a toujours un cadeau derrière, c'est des les épreuves sont des cadeaux mal emballés, ça vous le garantissez sur facture.

Olivier

Ah complètement, mais moi, il y a un un écrivain, un auteur qui me touche beaucoup, c'est Viktor Frankl. Viktor Frankl a perdu toute sa famille à Auschwitz. Il a, il a eu de la chance parce qu'il aurait dû passer aussi lui dans les chambres à gaz, il a été protégé par quelqu'un, il a été caché et il faut se reconstruire en ayant perdu toute sa famille. Et quand on lui demande comment il a fait, il dit, Ben il faut donner du sens à la vie. Alors il dit, mais vous, avec votre parcours, comment vous faites pour donner du sens à votre vie ?

Olivier

Parce que là il faut trouver ou des trucs mystiques ou religieux. Il dit, mais moi je donne du sens à ma vie en donnant du sens à la vie des autres. Waouh, je trouve ça superbe. Et pour moi, je vais vous dire, un des secrets, c'est que quand on se regarde un peu trop le nombril, on n'est pas heureux. On est heureux quand on s'occupe des autres. Ce que je constate autour de moi, j'ai maintenant 63 ans, c'est que les personnes heureuses, c'est les gens qui s'occupent des autres, pas ceux qui s'occupent toujours de leur petit nombril.

Olivier

Et si y a si y a ça, Ben ils sont pas heureux. Donc le secret c'est de sortir de votre intérieur et de pouvoir mettre votre conscience vers les autres autour de vous. Pour moi, c'est un secret de vie essentiel. Quand vous Regardez Simone Veil pareil, qui a perdu sa famille dans les camps de concentration, la femme magnifique qu'elle est devenue. Elle est devenue députée européenne, présidente du Parlement européen. Elle a fait donc le l'avortement, la loi, et cetera. Alors qu'elle part, elle a perdu toute sa famille à Auschwitz.

Olivier

Moi je trouve ça magnifique. C'est à dire que malgré les choses qui vous arrivent dans la vie, il faut savoir que les choses qui vous arrivent, elles sont toujours du niveau à être affrontées. On vous donne jamais de choses au-delà de vous et

c'est là pour vous élever et vous éveiller. Alors c'est vrai qu'elle aurait peut-être voulu notre vie, mais elle a vécu quelque chose d'extraordinaire.

Julie

C'était encore cette loi de polarité. Plus on a été loin dans un endroit, plus on.

Olivier

Ira loin dans l'autre. Vous savez, les champions sportifs, ils sont pas arrivés comme ça sans souffrir. Ils ont des déceptions, ils vont perdre 2* 3*4 fois, mais ils vont travailler encore plus, ils vont changer des choses. Et puis tout d'un coup, Ben ça déclenche parce que c'est comme si l'univers nous testait à chaque fois. Et la résilience et la persévérance sont les choses essentielles.

Julie

Essentiel. Ben écoutez, merci infiniment. On a vu beaucoup, beaucoup de choses. Moi j'ai pris plein de notes, la méthode PED, la bulle avec les 3P, énormément de choses. On vous suit alors sur Youtube, vous avez votre chaîne.

Olivier

Tout à fait. Une chaîne Youtube sur lequel je fais entre 3 et 5 reels par semaine et une vidéo donc une longue vidéo par semaine, c'est à dire que j'essaye d'apporter. Alors en plus les longues vidéos ce sont toujours des extraits de mes formations, c'est à dire ce sont des contenus gratuits. Ça c'est très important parce que je publie beaucoup de choses pour faire, pour donner envie aux gens de d'améliorer leur bien-être.

Julie

Bien sûr, et ça c'est vous. avez la bonne méthode, en tout cas plein plein de d'outils dans votre boîte à outils que vous partagez. Donc il y a ces livres aussi, donc je vais remonter la couverture de positive altitude qui sort donc en janvier, qui est sorti en janvier, et puis il y en a d'autres à venir, c'est ça.

Olivier

Alors positive altitude est sorti, c'est le ho'oponopono qui sort en janvier, c'est ça ? Voilà.

Julie

Très bien. Et donc votre site internet également sur lequel on va retrouver toutes vos formations.

Olivier

Les 7 académies c'est ça les 7 académies alors ? C'est alors avant j'avais 4, je faisais les 4, c'était le magnétisme, l'hypnose, le bien-être, la performance. Alors le 4 c'est carré mais ça limite, le 7 c'est l'univers. Et donc on a rajouté, Ben bien sûr tout ce qui est spiritualité parce que je vais avoir beaucoup de formations qui vont sortir là-dessus. La 6e c'est effectivement sur le quantique. Parce que là j'ai, tout un pack de formations quantiques, y en a d'autres qui arrivent et surtout la 7e, je voulais une académie pour pouvoir toucher les gens.

Olivier

C'est la positive altitude, il n'y a qu'un pack, mais le but c'est de faire comprendre aux gens que si on veut changer, Ben c'est une décision. Et à partir de là, Ben c'est que le début du chemin. Vous savez, le développement personnel, on n'arrive jamais à quelque chose, c'est un chemin avec l'horizon qui se recule en permanence et on a, on a au départ un objectif qu'on veut atteindre. Et cet objectif, il nous met en route sur le chemin et tout au long du chemin. Ben on a plein de choses à découvrir, à apprendre sur notre façon de fonctionner et de découvrir. Comme je le disais tout à l'heure, notre inconscient.

Olivier

On a un inconscient financier, c'est ça qui nous limite ou qui nous permet d'avoir ça. On a un inconscient sentimental, c'est ça qui nous bloque. Dans nos relations de couple ou pas un inconscient professionnel. Et quand on va travailler un peu sur l'inconscient, Ben là on va pouvoir se libérer, mais on y arrivera pas par la volonté, on y arrivera par la découverte de soi, comme disait Socrate, donc connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux. Mais c'est une phrase qui est mystérieuse, mais dans lequel ?

Olivier

Ben on comprend au fur à mesure que c'est la découverte de soi qui nous permet de d'avancer.

Julie

Et la discipline aussi. Si je vous ai bien suivi, il s'agit aussi de se mettre en action et de faire des choses, c'est juste de lire des livres, de regarder des vidéos.

Olivier

Surtout avec les sportifs, moi les sportifs, ils m'appelaient le soir même, j'ai fait l'ancrage, qu'est-ce que je dois faire maintenant ? Les clients, ils m'appelaient jamais, ils avaient fait la séance d'hypnose, mais eux, ils m'appelaient, ils m'embêtaient, ils me bouscullaient, j'ai fait ça, qu'est-ce qu'il faut faire ? On voit que ils sont focus sur l'objectif.

Julie

Et ça marche. Donc du coup on peut-on peut vous faire confiance les yeux fermés. Merci encore pour tous ces partages, c'était vraiment passionnant. On ira vous voir sur Youtube, sur votre site internet, on va vous regarder vos livres. Merci à toutes et à tous d'avoir assisté à cet entretien. J'espère que comme moi, vous avez passé un super moment et que vous avez envie de mettre en pratique. Toutes ces méthodes, on surveille le PED moi j'ai bien noté ça, on se voilà, on essaie de faire cette bulle avec les 3P et puis il y a plein plein d'autres choses à suivre.

Julie

Les two file list, ça c'est quand même quelque chose de révolutionnaire. Moi je m'y mets dès aujourd'hui, merci encore et puis bien à une prochaine j'espère.

Olivier

Merci à bientôt au revoir.