

SLAVICA BOGDANOV  
ILLUSTRATIONS DE SOPHIE LAMBDA

# ATTIRER L'AMOUR PAR LA LOI DE L'ATTRACTION

---

10 étapes pour vivre  
le grand Amour

---

**jou**vence  
EDITIONS

### **Du même auteur aux Éditions Jouvence :**

*Domptez votre emploi du temps, c'est parti !*

*Être généreux*

*Loi de l'attraction : mode d'emploi*

*Petit cahier d'exercices pour pratiquer la loi de l'attraction*

*Pratiquer la Loi de l'attraction au quotidien*

*Le pouvoir de l'intention*

### **Aux Éditions Jouvence dans la même collection :**

*Changer sa vie*, Mary Laure Teyssedre & Isabelle Gauducheau

*Mon programme Feng shui*, Alice Le Guiffant & Magdalena Musialek

*Détox*, Christopher Vasey

*Je booste ma concentration*, Florence Vertanessian de Boissoudy

*Relax'minute*, Florence Vertanessian de Boissoudy

*Je positive 2.0*, Yves-Alexandre Thalmann

*Prendre conscience de son énergie*, Mary Laure Teyssedre

### **Catalogue gratuit sur simple demande**

### **Éditions Jouvence**

France : BP 90107 — 74160 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse : CP 227 — 1225 Chêne-Bourg (Genève)

Site internet : **[www.editions-jouvence.com](http://www.editions-jouvence.com)**

Mail : [info@editions-jouvence.com](mailto:info@editions-jouvence.com)

© Éditions Jouvence, 2017

ISBN : 978-2-88911-827-4

Illustrations de couverture et intérieur : Sophie Lambda

Maquette de couverture et intérieur : Stéphanie Roze

Mise en pages : Stéphanie Roze

Tous droits de reproduction, traduction et adaptation réservés pour tous pays.

# SOMMAIRE

Introduction .....	7
--------------------	---

## 1<sup>re</sup> ÉTAPE

### Savoir ce que l'on veut en amour

Définir les qualités que l'on souhaite dans l'être aimé présent ou futur .....	11
Définir la bonne personne pour soi .....	12
Dans une relation existante.....	14
Dernier conseil avant de commencer .....	16
Attirer la bonne personne versus la bonne relation.....	18
Les 3 catégories de qualités à attirer .....	19

## 2<sup>e</sup> ÉTAPE

### Faire le bilan du passé et s'en libérer (le bon comme le moins bon)

Savoir valoriser le bon et apprendre du moins bon .....	27
Être responsable .....	28
Dois-je rester avec la personne avec qui je suis en ce moment ? .....	33
Que faire de son ex ?.....	35

### 3<sup>e</sup> ÉTAPE

#### Devenir ce que l'on cherche

Ainsi, ce que l'on cherche nous désirera .....	39
Repérer vos qualités .....	40
Lister ses défauts.....	41
Les habitudes.....	42

### 4<sup>e</sup> ÉTAPE

#### Pourquoi l'amour vous manque ?

Les causes profondes des amours évasives :	
les pensées négatives .....	49
Les racines de vos pissenlits.....	50
Faire attention à ce que l'on dit .....	56

### 5<sup>e</sup> ÉTAPE

#### Pourquoi vivez-vous sans amour ?

Ce qui vous fait peur et les bénéfiques	
à rester dans votre situation .....	61
Ce qui vous fait peur .....	62
Les bénéfiques qui vous empêchent d'avancer .....	64
Le meilleur remède aux bénéfiques .....	66

## 6<sup>e</sup> ÉTAPE

### S'aimer d'abord et avant tout

Apprendre à développer son amour de soi et sa confiance en soi .....	71
Vous aimez-vous vraiment ? .....	72
Ce qui nuit le plus à votre amour de vous .....	75
Développer sa confiance en soi facilement en 3 étapes.....	76
Apprendre à s'aimer davantage .....	81

## 7<sup>e</sup> ÉTAPE

### Si vous ne pouvez vous l'imaginer, vous ne l'aurez jamais

Créer sa journée idéale et une lettre à son futur moi .....	87
Développer l'art de la visualisation .....	88
Une lettre à son futur moi .....	92

## 8<sup>e</sup> ÉTAPE

### La guérison par le pardon

Pardoner aux autres et à soi .....	99
La personne que vous rencontrez est-elle prête à s'engager ? ...	100
Apportez-vous vos relations passées dans celle que vous vivez aujourd'hui ? .....	100
Qu'est-ce que le pardon ? .....	101
Êtes-vous prêt à pardonner ? .....	101

## 9° ÉTAPE

### Offrir généreusement de l'amour

La meilleure façon de recevoir commence dans la générosité .....	107
Comment faire pour être généreux quand on n'a rien à donner ?.....	109

## 10° ÉTAPE

### S'armer de gratitude

Transformer votre environnement en le remerciant.....	117
L'ingratitude peut faire des ravages .....	118
5 manières faciles d'apprécier tous les jours.....	119

## CONCLUSION

### Vivre l'amour au quotidien

Trouver le grand amour commence dans le petit amour au jour le jour .....	125
--	-----

# INTRODUCTION

Ce livre offre des moyens simples, concrets et efficaces pour attirer le grand Amour en utilisant la loi de l'attraction. Un livre utile autant pour les célibataires endurcis ou désespérés que pour celles et ceux qui veulent rallumer la flamme de leur relation présente.

Lors de ces dix dernières années, j'ai eu la chance de coacher des milliers de personnes et de les aider à créer de belles relations amoureuses. Pour ce faire, certaines étapes doivent être franchies. L'amour se développe d'abord pour nous, pour ce que nous sommes et ce que nous souhaitons offrir. Il faut démystifier ce qu'est l'amour afin de se rendre au cœur du véritable amour durable.

Ce livre n'est pas un manuel de techniques de séduction qui vous attirera de courtes relations sans profondeur. Ce n'est pas non plus un livre de manipulation émotionnelle dans un vain espoir de « changer l'autre » ou de « récupérer l'autre ». Je vous apprendrai plutôt comment laisser l'autre vous désirer davantage sans effort intense.

Durant les 10 étapes de ce livre, vous apprendrez à définir ce que vous désirez réellement dans votre vie sentimentale. Vous apprendrez à vous aimer complètement et sans équivoque, ce qui attirera le respect des autres. Vous développerez les qualités qui vous permettront d'améliorer votre relation actuelle et de créer une relation durable avec l'être de votre choix. Vous vous déferez du passé et

pardonnerez les heurts causés par autrui, ainsi que les erreurs qui vous ont mené à votre situation actuelle. Chaque jour, vous découvrirez l'amour et apprendrez à connaître et reconnaître le bonheur au quotidien.

### ATTENTION :

Ce livre a été conçu afin de vous aider à vivre le bonheur d'une relation resplendissante, profonde, respectueuse et véritable. Un grand amour est possible, sans avoir à chercher midi à quatorze heures. Vous comprendrez comment le créer ou le recréer en utilisant la loi de l'attraction.





## *Ce qu'est la loi de l'attraction*

La loi de l'attraction repose sur les principes de base suivants: l'énergie attire son semblable. Ce à quoi nous pensons le plus, nous l'attirons. Notre fréquence vibratoire élevée nous attire ce qui y est associé. Si vous avez une pensée négative associée à une émotion négative, vous vous attirez des circonstances négatives. L'univers ne connaît pas le négatif, il nous renvoie ce à quoi nous pensons le plus fréquemment (positivement ou négativement).

Pour aller plus loin:  
lire *Loi de l'attraction:  
mode d'emploi*,

+ le jeu de cartes  
*Pratiquer la loi de  
l'attraction  
au quotidien,*  
tous deux aux  
Éditions Jouvence.

**1ÈRE ÉTAPE**

**SAVOIR CE  
QUE L'ON VEUT  
EN AMOUR**

# DÉFINIR LES QUALITÉS QUE L'ON SOUHAITE DANS L'ÊTRE AIMÉ PRÉSENT OU FUTUR

Cette partie est la plus longue et la plus importante. Vous ne pourrez jamais attirer l'être idéal si vous ne savez pas exactement à quoi il ou elle ressemble. De plus, détrompez-vous si vous pensez que la personne avec qui vous êtes ne peut développer les qualités que vous recherchez.

Pour ce faire, nous allons comprendre quelles sont les qualités que vous désirez réellement attirer dans une relation en les regroupant en 3 catégories : **les fondamentales**, **les passables** et **les oubliables**. Nous allons également faire la différence entre les qualités de l'être aimé et celles de la relation idéale, à ne pas confondre.

**Ce que je dois me procurer pour commencer :**



## DÉFINIR LA BONNE PERSONNE POUR SOI

Avant de faire la liste des qualités que vous recherchez, assurez-vous que ce sont bien des qualités qui vous importent, vous, personnellement. **Nous nous laissons trop souvent influencer par ce qui fait plaisir aux autres.** Nos parents et amis exercent une forte influence sur ce qui est acceptable ou pas, que ce soit au niveau de la profession de notre conjoint, son apparence physique, ses opinions politiques...

Souvenez-vous  
que vous êtes  
la personne qui  
passera  
le plus de temps  
avec l'être choisi.

Certaines personnes sentent la pression de leur entourage quant à la qualité de leur relation, la rapidité ou l'âge auquel, soi-disant, elles devraient se mettre en couple ou avoir des enfants, les caractéristiques de leur conjoint, le type de personne qu'elles devraient chercher... Mais les gens changent d'avis. Vous ne pouvez pas reposer vos décisions sur le plaisir éphémère de vos proches. Vous ne pourrez jamais rendre les autres heureux car chacun est seul capable de créer son propre bonheur. Tout ce que vous pouvez



faire est de prendre les bonnes décisions : celles qui contribuent le plus à votre bonheur.

**Vous cherchez quelqu'un pour vous et non pour faire plaisir à vos proches.** Il est important de faire la part des choses qui vous plaisent et celles qui vous éviteront les réprimandes ou les reproches des autres. Prenez le temps de faire les bons choix durables.

De plus, ne restez pas en couple pour le plaisir ou le bonheur d'autrui. Nous verrons dans le prochain chapitre la question à vous poser pour savoir si vous devez rester dans votre relation ou pas. Trop de gens souffrent dans une relation qui ne leur apporte que de la tristesse par peur des « qu'en-dira-t-on ». La plupart du temps, les amis souhaitent silencieusement la fin de la relation sans oser intervenir.

Les décisions que vous prenez aujourd'hui auront des répercussions tout au long de votre vie.

### ATTENTION :

La guérison d'une peine d'amour est longue et consume de l'énergie. Si vous vivez impatientement dans l'attente d'être en couple, vous pourriez perdre du temps précieux à vous guérir de vos blessures sentimentales. Il est préférable de prendre le temps de faire le bon choix plutôt que d'aller de mauvais choix en mauvais choix.

