

CHARLOTTE MICHELIN
PRÉFACE DE ROMUALD LETERRIER

LE CODE DE VOTRE FUTUR

*Comment influencer et créer votre réalité
avant qu'elle n'existe*



**La méthode scientifique la plus
avancée pour reprogrammer
votre subconscient**



Et si votre futur était déjà en train de s'écrire... sans vous ? Et si vous pouviez en reprendre les commandes avant qu'il ne s'impose à vous ?

Votre vie actuelle n'est pas le fruit du hasard. Elle est le reflet précis de vos croyances, de vos conditionnements et des programmes invisibles qui tournent en arrière-plan depuis des années.

Dans cet ouvrage, Charlotte Michelin vous invite à reprendre le contrôle total de votre trajectoire, non pas en maquillant votre réalité avec des pensées positives, mais en reconfigurant votre identité à la source, là où tout se joue : dans votre subconscient et dans votre interaction avec le champ quantique.

Vous découvrirez comment votre réalité s'est construite ainsi, et surtout, comment en redevenir l'architecte.

Étape par étape, vous apprendrez à désactiver les boucles mentales qui vous maintiennent dans les mêmes schémas, à recoder votre perception, et à incarner une version de vous totalement libre et prête à créer sa propre réalité.

À travers cette méthode,
vous reprogrammez. Vous incarnez. Vous dirigez votre vie
avec une nouvelle précision.

Charlotte Michelin est mentor en leadership quantique et reprogrammation identitaire. Elle aide à reprendre la maîtrise de la réalité, libérer ses plafonds invisibles grâce aux lois quantiques, aux neurosciences et à la reprogrammation identitaire. Elle a accompagné plus de 700 leaders et entrepreneurs dans leur transformation.



19,95 €
Prix TTC France



AVIS DES GARDIENNES



Ce livre nous permet de prendre conscience de notre pouvoir créateur à chaque instant et surtout d'enfin comprendre que tout réside dans le présent et que celui-ci façonne notre futur. Je recommande !

Lolita, @novarmonie

En lisant cet ouvrage, j'ai compris.

J'ai compris que mes filtres n'étaient pas toujours au bon endroit.

J'ai compris que je pouvais les réajuster.

J'ai compris que j'étais décisionnaire de MA vie.

Ce livre est un ancrage dans le monde réel pour coder votre vie aujourd'hui afin de la rendre meilleure dès demain. C'est un ouvrage fascinant comme j'en ai lu peu dernièrement.

Devenir la meilleure version de vous-même, c'est donc accepter l'ancienne version, embrasser le changement, nettoyer vos émotions et votre environnement, améliorer votre quotidien, jouer sur les énergies, et créer de nouvelles intentions. Vous allez comprendre le fonctionnement de votre être dans un champ plus large. Vous allez apprendre à choisir vos émotions, vos pensées, reconfigurer vos cognitions négatives en positives pour améliorer vos comportements, reconfigurer ce que vous pensez de vous et ainsi coder votre futur à votre image.

Et si vous décidiez de vous libérer de votre passé, de vos pensées négatives et de vos bagages trop lourds, pour aller vers un futur choisi par vous et pour vous ?

Chan, @chalectrice

Cet ouvrage m'a semblé complexe au premier abord, je ne le pensais d'ailleurs pas fait pour moi.

J'ai rapidement compris que c'est tout l'inverse.

Il est certes scientifique mais toutes les données sont traitées et expliquées avec pédagogie et si certaines d'entre elles m'ont surprise, d'autres m'ont confortée dans ce que j'avais ressenti et interprété. J'aime beaucoup l'idée de pouvoir faire un *reset* sur moi et de me reprogrammer pour me débarrasser d'une sensation de passivité à l'égard de mon existence. Et je suis certaine de ne pas être la seule à avoir ce sentiment et à ignorer les ressources dont nous disposons pour renverser la vapeur. Merci pour cet ouvrage précieux qui peut changer la vie !

Sylvie, @Mimilitavecmoi

Animae s'engage pour une fabrication écoresponsable!



« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseillère éditoriale : Nelly Portal

Édition : Annabelle Biau-Weber

Correction : Stéphanie Girardot

Maquette : Jennifer Faisant

Illustrations : Marion Ta

Design de couverture : Cerise Heurteur

Photo de couverture : © Studio Michel Ange

© 2026 Animae, une marque des éditions Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris – France

ISBN : 978-2-38564-206-8

CHARLOTTE MICHELIN

LE **CODE** DE
VOTRE **FUTUR**

*Comment influencer et créer
votre réalité avant qu'elle n'existe*



SOMMAIRE



Préface	8
Introduction	11
Pourquoi avons-nous le sentiment de subir notre réalité ?	12
Pourquoi ce livre ?	13
Ma méthode pour redevenir acteur et créateur de sa vie	15
Les 4 axes du livre	16

PARTIE I

COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DU CHAMP QUANTIQUE

Le champ quantique et la manifestation	21
Champ des possibles et manifestation	22
3D, 4D, 5D : une lecture vibratoire des niveaux de conscience	24
PROTOCOLE <i>Le test du champ</i>	31
Les 4 leviers de la dynamique quantique	34
PROTOCOLE <i>Tester l'impact des mots sur la matière... et sur soi !</i>	42
Apprendre à utiliser votre potentiel onde-particule	50
Tout commence par de l'énergie	52
De l'atome à la lumière	52
La charge électrique de vos pensées : votre cerveau est un émetteur ..	54
Le champ électromagnétique de votre cœur	56
Ainsi soit-il, la loi de la création	58

Vous au sein du système quantique	60
Les principes quantiques appliqués à votre histoire	61
Les 3 sources d'influence du champ quantique à maîtriser impérativement	65
PROTOCOLE <i>Devenir un émetteur clair, stable et engagé</i>	68

PARTIE II

PRENDRE CONSCIENCE : OBSERVER CE QUI NOUS LIMITE

BILAN <i>Évaluer vos 10 standards de vie</i>	80
La réalité extérieure, miroir de notre état intérieur	82
Le miroir quantique	82
L'attention polarisée, non polarisée et neutre	84
L'imagination agente	86
En pratique : quel regard adopter ?	87
L'ego, le mental et leurs stratégies de survie	89
L'ego dans le théâtre du soi	89
Les 4 archétypes de Jung	90
L'ego : notre médiateur et juge intérieur	98
Se désidentifier	108
Qu'est-ce qu'une prison mentale ou émotionnelle ?	109
Déclencheurs, peurs sous-jacentes et paradigmes	112
Sortir de l'ombre et reprendre les rênes de votre destinée	116

PARTIE III

RÉINITIALISER : TRANSFORMER SA RÉALITÉ INTÉRIEURE

Le pouvoir des émotions dans la transformation.....	123
Comprendre le rôle vibratoire des émotions	123
Apprendre à dépasser la peur, la colère et la honte	124
Transmuter ses émotions pour en faire un levier d'élévation vibratoire ..	125
Différencier la suppression émotionnelle et la maîtrise émotionnelle ..	126
 Reprogrammer ses croyances et réécrire son histoire	128
La science de la neuroplasticité et la reprogrammation des circuits neuronaux.....	129
Déconstruire l'ancienne narration de soi.....	133
Les autosuggestions pour programmer consciemment son subconscient.....	140
 Les 4 clés de la manifestation	143
La puissance de l'intention pure : aligner la tête, le cœur et le corps... ..	144
Accéder à l'alignement vibratoire de ce que l'on veut appeler à soi	145
Le rôle fondamental du détachement dans le processus créatif quantique	148
Recevoir vs vouloir : être disponible à la synchronicité	153
La foi, clé secrète majeure	154

PARTIE IV

INCARNER ET CRÉER : PASSER À L'ACTION ALIGNÉE

L'<i>identity shift</i> : incarner sa nouvelle identité	160
Le concept d' <i>identity shift</i>	160
Du spectateur au créateur	161

Ne plus réagir au monde extérieur, mais créer depuis l'intérieur.....	162
Pratiquer l'alignement quotidien pensées, émotions, actions	163
PROTOCOLE <i>Congruence immédiate : le test des 3 miroirs</i>	164
Intégrer sa nouvelle identité au quotidien	166
Faire de l'énergie et de la vibration sa priorité.....	166
Le détachement au quotidien avec la méthode ABC	167
Comment faire face au pire quand tout s'écroule ?.....	170
Devenir un maître de votre réalité	172
L'incarnation complète : être vs faire	173
Le doute et la peur face à la maîtrise intérieure	175
L'âme et le champ quantique dans la co-crétation	175
Routine de manifestation avancée.....	178
Exemple de routine de manifestation avancée	179
Les 7 erreurs invisibles qui sabotent la manifestation	180
Le mot de la fin	187
Remerciements	189
Bibliographie	191

PRÉFACE

Il existe des livres qui n'arrivent pas par hasard. Ils apparaissent à un moment précis, ils sont dans l'air du temps. *Le Code de votre futur* fait partie de ceux-là. Charlotte Michelin ne propose pas ici une méthode de plus pour « aller mieux » ou « penser positif ». Elle invite à un déplacement bien plus radical : comprendre comment notre identité profonde, nos états intérieurs et notre relation au champ invisible structurent, à chaque instant, la réalité que nous habitons. Cet ouvrage cherche à nous rappeler que nous ne sommes pas des victimes du réel, mais des participants actifs souvent inconscients du monde que nous expérimentons.

En lisant *Le Code de votre futur*, j'ai reconnu une intuition centrale qui traverse mes recherches et mes travaux depuis plusieurs années : le futur n'est pas une conséquence passive du passé, mais une force active capable d'informer le présent. C'est ce que l'on nomme aujourd'hui la rétrocausalité. Charlotte décrit avec précision comment une identité future, lorsqu'elle est ressentie, incarnée et stabilisée intérieurement, agit déjà sur nos décisions, nos perceptions et nos lignes de temps actuelles. En étant un pionnier de ce changement de vision du monde et de notre condition humaine, j'ai par mes recherches sur l'influence du futur sur le passé et le présent contribué à inaugurer ce nouveau paradigme d'un être humain trans-temporel. C'est d'ailleurs dans cette même perspective que s'inscrit mon expérience dite « Ange Gardien¹ ». Charlotte fait partie de cette nouvelle génération d'aventuriers de la conscience qui marchent dans nos pas et élargissent le chemin.

1 | www.guardian-angel-experience.com : un protocole explorant la possibilité qu'une intention future, claire et incarnée, produise des effets de protection sur nos vies mesurables dans le présent.

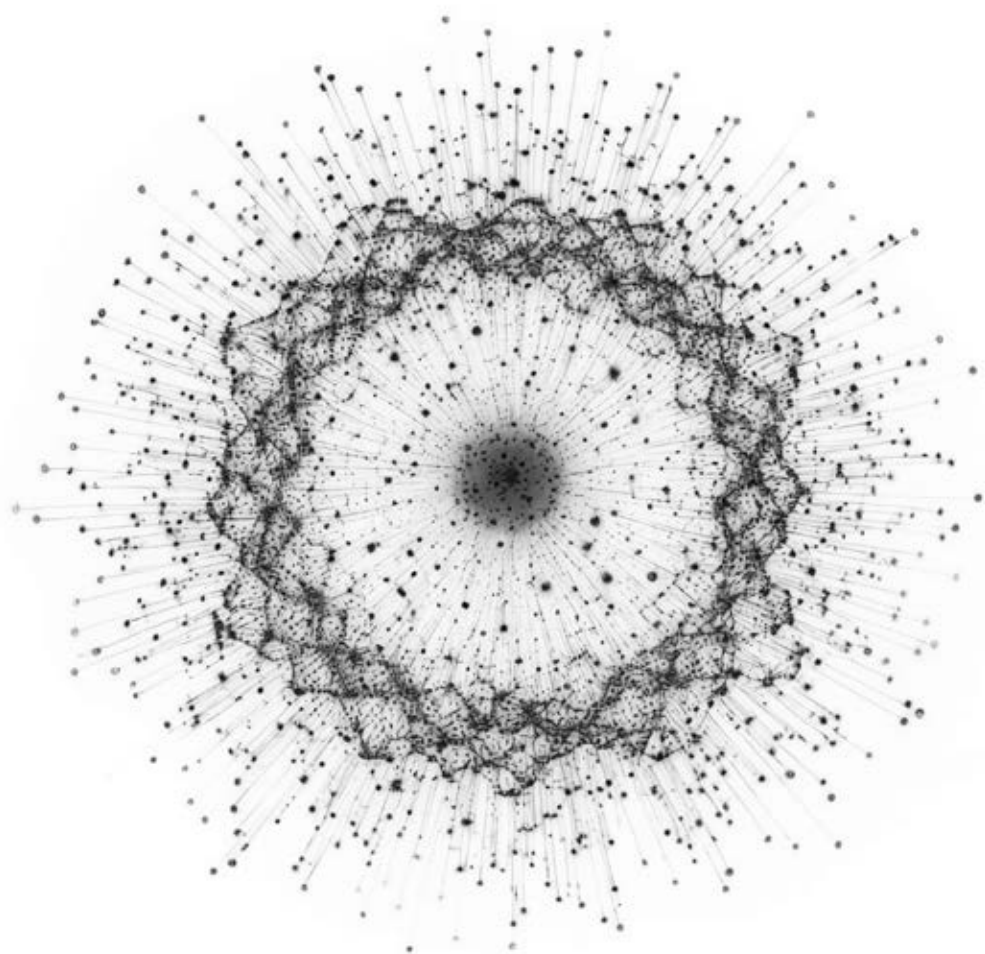
PRÉFACE

À travers une articulation claire entre neurosciences, conscience vibratoire et principes quantiques, elle met des mots précis sur une intuition que beaucoup ressentent sans parvenir à la formuler : nous ne manifestons pas ce que nous voulons, mais ce que nous sommes. Et tant que cette identité reste conditionnée par la peur, la répétition ou l'adaptation, la réalité ne peut que se répéter. Ce livre ne promet rien de magique. Il demande au contraire une responsabilité : reconnaître que ce que nous appelons « futur » est déjà à l'œuvre dans nos états intérieurs, et que notre réalité extérieure en est le miroir fidèle.

Ce livre s'adresse à celles et ceux qui sentent que quelque chose doit changer, non pas à l'extérieur, mais à la source même de leur présence au monde. Bonne lecture !

Romuald Leterrier,

Auteur du best-seller *Se souvenir du futur*.



INTRODUCTION



Et si votre futur était déjà en train de s'écrire, sans vous ?

Et si vous pouviez en reprendre les commandes avant qu'il ne s'impose à vous ?

Votre vie actuelle n'est pas le fruit du hasard.

Elle est le reflet précis de vos croyances, de vos conditionnements, et des programmes invisibles qui tournent en arrière-plan depuis des années.

Ce livre vous invite à reprendre le contrôle total de votre vie, non pas en maquillant votre réalité avec des pensées positives, mais en reconfigurant votre identité à la source, là où tout se joue : dans votre subconscient et dans votre interaction avec le champ quantique.

Vous découvrirez pourquoi votre réalité s'est construite ainsi, et surtout, comment la reprendre en main.

Étape après étape, vous apprendrez à désactiver les boucles mentales qui vous freinent, à recoder votre perception et à incarner une version de vous parfaitement alignée avec la vie que vous voulez manifester.

Ce livre est une immersion profonde structurée autour de 4 étapes puissantes : conscience, transformation, reprogrammation, création.

À travers cette méthode, vous reprogrammez. Vous incarnez. Vous dirigez votre vie avec une nouvelle précision.

Vous devenez le maître de votre histoire.

Lucide. Magnétique. Aligné-e.

Alors, êtes-vous prêt-e à reconstruire votre futur avec intention et maîtrise ?

POURQUOI AVONS-NOUS LE SENTIMENT DE SUBIR NOTRE RÉALITÉ ?

Nous vivons à une époque où les outils d'évolution personnelle n'ont jamais été aussi nombreux : podcasts, thérapies, conférences, lectures, retraites spirituelles... À chaque coin d'écran ou de publicité, une promesse : celle de se libérer, de s'aligner, de reprendre le pouvoir et d'avoir plus.

Et pourtant, malgré tous ces accès, beaucoup d'entre nous restent bloqués, prisonniers de schémas répétitifs et coincés dans des scénarios qu'ils croyaient avoir dépassés.

Ils avancent sans comprendre pourquoi tout se répète inlassablement dans leur vie.

Pourquoi ?

L'identité de chacun agit comme un filtre invisible. Elle n'est pas un simple réservoir d'expériences, mais une fréquence active, un champ magnétique vivant émanant constamment le reflet de ce que nous avons traversé.

Vous ne manifestez pas ce que vous désirez, vous manifestez ce que vous êtes au plus profond de vous. Et tant que cette version de vous reste conditionnée par des blessures non digérées, des croyances héritées, des réflexes de survie installés depuis l'enfance, alors votre réalité ne fera que rejouer la même boucle sous d'autres visages.

Le sentiment de subir sa vie ne vient pas d'un manque de volonté à changer. Il naît d'un écart identitaire. Un écart profond entre ce que vous voulez au fond de vous... et ce que vous expérimentez dehors, au quotidien. Un décalage entre l'appel intérieur de votre être et la réalité projetée à l'extérieur.

Sachez que l'Univers n'est jamais contre vous. Ce n'est pas lui qui vous bloque, c'est votre fréquence. C'est ce programme intérieur chargé de votre histoire, de vos peurs, de vos tensions nerveuses qui émet une onde, comme une antenne radio mal réglée.

Ce programme-là ne se désactive pas juste avec des affirmations ou une pensée positive bienveillante. Il se redéfinit par un travail identitaire radical, un déconditionnement profond, une reconfiguration, un face-à-face avec la partie de vous qui a pris le pouvoir d'écrire votre vie sans votre consentement, sans votre esprit conscient.

Lorsque vos pensées, vos décisions, vos réactions semblent surgir d'elles-mêmes, sans contrôle, ce n'est pas une « erreur » ni un échec de votre part. C'est un automatisme neurologique, un mécanisme de protection bien rodé et bien ancré.

Mais à force de vivre en pilote automatique, vous perdez le lien avec vous-même et c'est alors que vos conditionnements prennent le dessus. Vos peurs décident ; votre passé tire les ficelles. Alors, vous vous adaptez. Vous vous ajustez. Vous résistez. Ou parfois, vous abandonnez.

Et un jour, un vertige intérieur surgit. Un murmure discret, mais implacable : « Et si je passais à côté de ma vraie vie ? »

Ce livre est né de ce vertige-là. Celui qui précède la révolte, la lucidité. Et cette décision intime : revenir à la source. Et reprendre sa juste place dans le processus créatif de la réalité.

POURQUOI CE LIVRE ?

Rien, dans mon parcours, ne me prédestinait à écrire ces lignes.

J'étais une cancre. Une élève à problème. La fille souvent exclue, collée, que l'on ne comprend pas. Je n'ai pas eu mon bac. J'ai grandi avec le sentiment d'être à côté de la plaque. En dehors du cadre. Non pas parce que je manquais d'adaptabilité, mais parce que les codes de la réalité que l'on me proposait sonnaient faux.

Alors j'ai fait ce que font ceux qui se retrouvent isolés : j'ai appris à jouer la vie par moi-même. Mais à quel prix ? Pour prouver que j'étais capable, j'ai porté

tous les masques : la bosseuse, la gentille, l'entrepreneure parfaite. J'ai appris à performer, à convaincre, à séduire. Mais plus je déroulais cette vie, plus je m'éloignais de moi-même.

Ce livre est né de ce grand paradoxe : vouloir être libre tout en restant prisonnière d'une image.

Un jour, tout ça a craqué, explosé. À 34 ans, j'ai quitté tout ce que j'avais construit et j'ai décidé de revenir à ma source, à l'intérieur de moi : la conscience, la vibration, le soi. Pas celui de la version spirituelle new age, mais la puissance brute que l'on incarne quand on cesse de fuir.

Ce livre est donc une transmission : pas d'une vérité universelle, mais d'une méthode d'émancipation que j'ai expérimentée moi-même. Avec des chutes, des victoires, des chutes et encore des victoires jusqu'à trouver un équilibre et une paix intérieure. Ce chemin n'est pas facile, car nous le traversons seuls. Mais je crois que si vous êtes ici, c'est que vous en êtes capable, vous aussi.

À travers ce livre, vous découvrirez à la fois une cartographie intérieure de vous-même, un levier de transformation puissant et un guide de reprogrammation.

Je l'ai écrit pour celles et ceux qui se sentent étrangers à leur vie. Pour ceux qui ont été rejetés, incompris, éteints, puis recouverts de couches pour « tenir bon ». Je l'ai écrit pour les esprits lucides, les âmes fatiguées et les cœurs qui n'ont jamais cessé d'y croire.

Ce n'est pas un énième livre de développement personnel, c'est un ouvrage de réalignement, un outil d'activation de votre véritable identité et surtout, une passerelle vers un monde où vous ne jouez plus un rôle mais créez votre réalité.

MA MÉTHODE POUR REDEVENIR ACTEUR ET CRÉATEUR DE SA VIE

La méthode que je vous dévoile dans ce livre, intitulée Reality Mastering®, n'est pas une méthode de développement personnel. C'est une approche identitaire, stratégique et quantique.

Je vous propose un processus profond de réalignement avec votre puissance intérieure pour transformer la façon dont vous percevez, décidez et créez.

Ce n'est pas vous qu'il faut corriger ou réparer ; vous n'êtes pas cassé-e. C'est votre cadre de perception qui mérite aujourd'hui d'être réinitialisé : votre rapport au monde, votre identité intérieure, votre manière de vous situer dans le réel.

Dans cet ouvrage, vous allez apprendre à :

- décoder les lois invisibles qui conditionnent votre futur ;
- transformer en profondeur votre *self-concept* (ou « concept de vous-même » qui sera détaillé plus loin) ;
- utiliser votre système nerveux comme un levier d'expansion ;
- incarner une version de vous-même capable de créer avec puissance, certitude et vérité.

Cette pratique s'appuie autant sur les neurosciences que sur les principes quantiques, le *shadow work* (travail de l'ombre), la conscience vibratoire et l'alignement stratégique.

Ce n'est pas une méthode à suivre aveuglément. C'est un art de vivre, un changement de posture, un retour à votre souveraineté originelle.

LES 4 AXES DU LIVRE

Ce livre se déploie en quatre grands mouvements, quatre axes qui forment une spirale de transformation, quatre clés pour réactiver la version de vous la plus libre, la plus alignée, la plus créatrice.

■ La plongée immersive dans l'Univers Quantique

Découvrez les lois qui façonnent votre réalité, ce qu'elle est réellement et ce qu'elle n'est pas.

■ La prise de conscience

Il s'agit ici de revenir à la source, de vous connecter au plus profond de vous-même, d'observer, de comprendre, de nommer sans juger.

Vous démasquerez les mécanismes inconscients qui dictent votre vie depuis toujours, et vous (re)prendrez contact avec votre vérité essentielle.

■ La transformation et la reprogrammation

Cette phase exige un choix radical : accepter de ne plus être la somme de votre passé, mais devenir l'architecte de votre futur. Pour ce faire, vous allez déprogrammer, désapprendre et transmuter l'énergie.

Vous découvrirez également comment réinitialiser, puis réécrire et réinstaller un nouveau programme intérieur. Vos pensées, vos états internes, vos schémas neurologiques s'aligneront à votre nouvelle fréquence.

Votre subconscient deviendra votre allié, non plus un saboteur.

■ La création

Dans cette ultime étape, je vous apprendrai à agir différemment pour devenir une nouvelle version de vous-même qui peut manifester avec puissance.

Vous créerez avec le champ quantique, non plus en mendiant un futur rêvé, mais en incarnant la version qui choisit.

INTRODUCTION

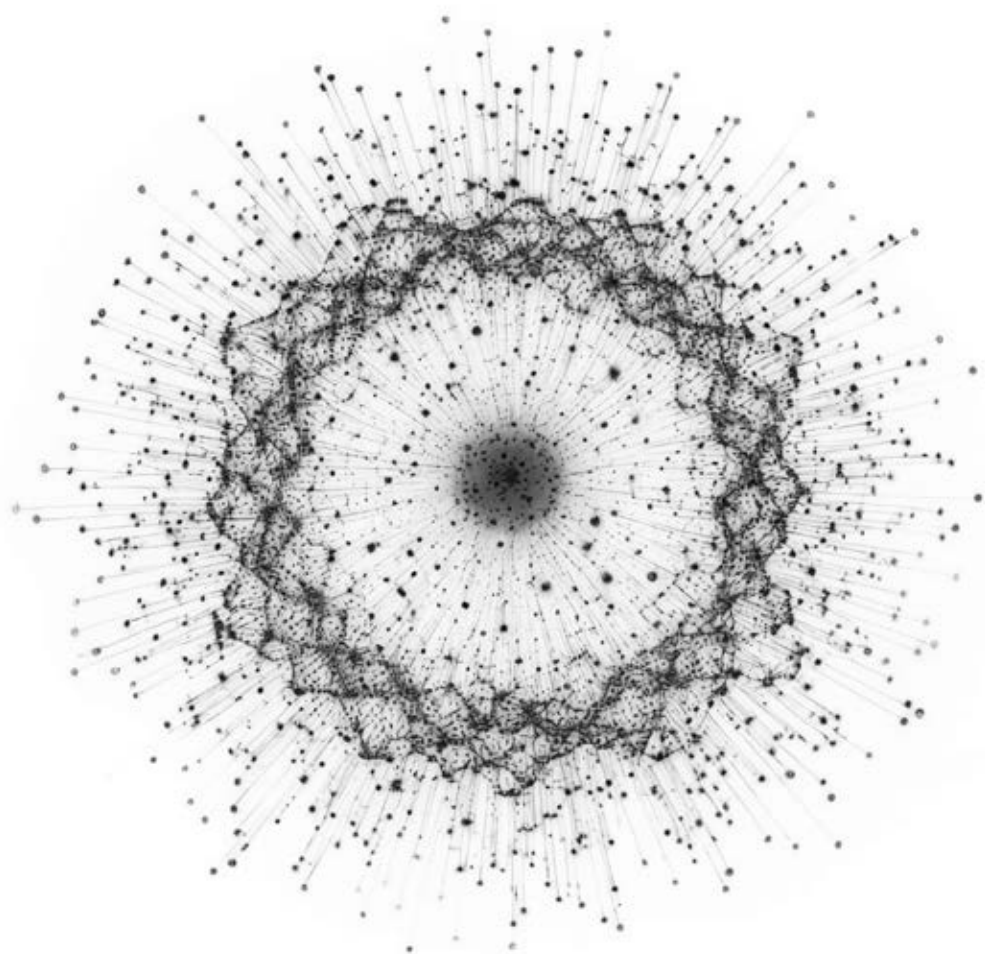
Avant de commencer votre exploration, n'oubliez pas : vous êtes la seule et unique source de votre vie. Celui ou celle qui a tout créé jusqu'ici et donc, qui peut tout faire basculer et recréer dès à présent.

Le vrai pouvoir, c'est vous. Vous n'êtes pas une victime. Vous ne l'avez jamais été même si tout autour de vous a pu vous en convaincre. Le pouvoir de créer ne vous a jamais quitté ; il était simplement verrouillé dans les plis de votre mémoire.

Il est temps de réécrire non pas votre passé, mais le rapport que vous entretenez avec lui. Il est temps de rémettre non pas pour obtenir, mais pour devenir.

Et une infinité de lignes temporelles n'attendent plus que vous si celle sur laquelle vous êtes aujourd'hui ne vous rend pas suffisamment heureux-se.

Je vous souhaite une très belle plongée en vous-même et une magnifique quête de votre meilleure vie.



COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DU CHAMP QUANTIQUE



Tout commence au point zéro. L'espace originel où toutes les informations existent de manière brute, encore à l'état de pure potentialité. Ici, rien n'est figé et tout est possible.

Chaque pensée, chaque geste, chaque battement de cœur résonne avec l'ensemble, le grand tout. Nous vivons dans une immense toile invisible où chaque élément dialogue avec l'autre. La moindre impulsion, aussi subtile soit-elle, envoie une onde qui se propage, se mêle aux autres et transforme l'équilibre global. Même si vos yeux n'en perçoivent pas le mouvement, cette impulsion poursuit son œuvre et son chemin dans ce tissu que l'on appelle le champ.

La physique quantique nous le confirme : ce que nous appelons « matière » n'est en réalité que de l'énergie condensée et organisée. Cette énergie se comporte comme un océan d'ondes et de particules, toutes reliées et orchestrées par un champ d'informations qui échappe à l'espace et au temps. Tout est connecté au-delà de la logique de nos frontières et des distances. Tout est ici. Tout est maintenant.

Ce que vous ressentez, pensez, choisissez n'est pas enfermé à l'intérieur de vous. Cet ensemble forme un signal qui se propage, s'entrelace et interagit avec le monde entier.

Comprendre que tout est vibration, c'est comprendre que vous êtes un émetteur permanent, une antenne vivante avec sa propre fréquence. Votre état intérieur, vos pensées, vos émotions ne sont pas de simples ressentis : ce sont les véritables sources de ce que vous vivez à l'extérieur.

La première fois que j'ai entendu cela, j'ai été bouleversée. Ma vision classique de la vie s'effondrait. Mais c'est aussi ce qui m'a permis de comprendre que le pouvoir de transformation ne réside pas dans le contrôle des autres ni de l'extérieur, mais dans l'ajustement de notre propre fréquence intérieure. Et cela nécessite par conséquent d'accepter de regarder ce qu'il se passe vraiment en soi dans les situations les plus difficiles.

Cette première partie vous guidera à travers les fondements de cette réalité vibratoire. Elle vous montrera comment l'invisible façonne le visible, comment l'observateur, c'est-à-dire vous-même, influence ce qu'il observe, et pourquoi la clé de votre changement est de devenir conscient de l'énergie, des pensées et des émotions que vous diffusez.

Lorsque vous changez votre vibration, vous changez de réalité.

Et lorsque vous changez de réalité, tout ce à quoi vous êtes relié-e change en même temps que vous.

LE CHAMP QUANTIQUE ET LA MANIFESTATION

**« Ce n'est pas la matière qui crée la conscience.
C'est la conscience qui structure la matière. »**

Max Planck

Le quotidien que vous percevez n'est pas une réalité objective et définitive. Il est le reflet d'une interaction constante entre votre état intérieur et le champ d'informations que vous émettez en permanence. C'est un film unique et personnel que vous vivez, créez et projetez à travers les filtres de votre état de conscience, de votre système nerveux et de vos émotions.

Votre vie d'aujourd'hui n'est qu'une version possible parmi des milliers d'autres qui peuvent s'offrir à vous.

La ligne temporelle que vous expérimentez en ce moment même a été, inconsciemment, sélectionnée au fil de vos croyances, de vos émotions dominantes et de la manière dont vous vous définissez en tant que personne (ou *self-concept*, *notion* née dans la psychologie scientifique du début du xx^e siècle notamment avec Carl Rogers).

Cette vision de la réalité, aussi vertigineuse soit-elle, n'est pas une porte dérobée vers un monde parallèle... Il s'agit de votre propre monde, mais vu différemment.

Dans ce chapitre, je vous invite à embrasser cette nouvelle perspective.

Il ne s'agit pas de « croire » ou non au quantique comme une lubie spirituelle ou un conte de fées. Vous allez maintenant constater par vous-même que les lois qui régissent le vivant ne sont pas uniquement mécaniques ou linéaires : elles sont aussi vibratoires.

La matière est une énergie organisée, la pensée est une onde et l'observateur, c'est-à-dire vous, influence à chaque instant la réalité qu'il contemple. Une fois que l'on en prend conscience, la vie cesse d'être un décor figé. Elle devient un espace malléable, interactif, réactif.

CHAMP DES POSSIBLES ET MANIFESTATION

Le terme « quantique » a été tellement utilisé à tort et à travers qu'il est souvent vu comme une formule magique floue. Mais derrière ce mot se cache une vraie clarté scientifique. En physique quantique, on dit que la matière n'est pas figée : elle est probabiliste. Chaque particule qui gravite autour de l'atome existe dans une superposition d'états et ce n'est que lorsqu'un observateur intervient (vous !) qu'elle « choisit » une forme, une position, une trajectoire. C'est ce que l'on appelle l'effondrement de la fonction d'onde (*collapse*).

Autrement dit, il n'y a pas qu'une seule réalité définie, mais une infinité de potentialités qui existent dans « le champ ». Et l'observateur a le pouvoir de faire émerger l'une d'elles plutôt qu'une autre grâce à la puissance de sa conscience. Cette loi est la base vibratoire de la manifestation.

Vous n'attirez pas ce que vous voulez, mais vous rendez réel ce sur quoi vous êtes le plus intensément focalisé par votre attention, vos émotions, vos pensées répétées.

La manifestation n'est donc pas un coup de chance ou un vœu lancé à l'Univers. C'est le processus conscient ou inconscient par lequel votre état intérieur, vos croyances, votre ressenti et votre vision du monde façonnent la version de la réalité que vous expérimentez. Elle agit comme un pont entre le champ des possibles déjà existant et la vie concrète que vous expérimentez chaque jour.

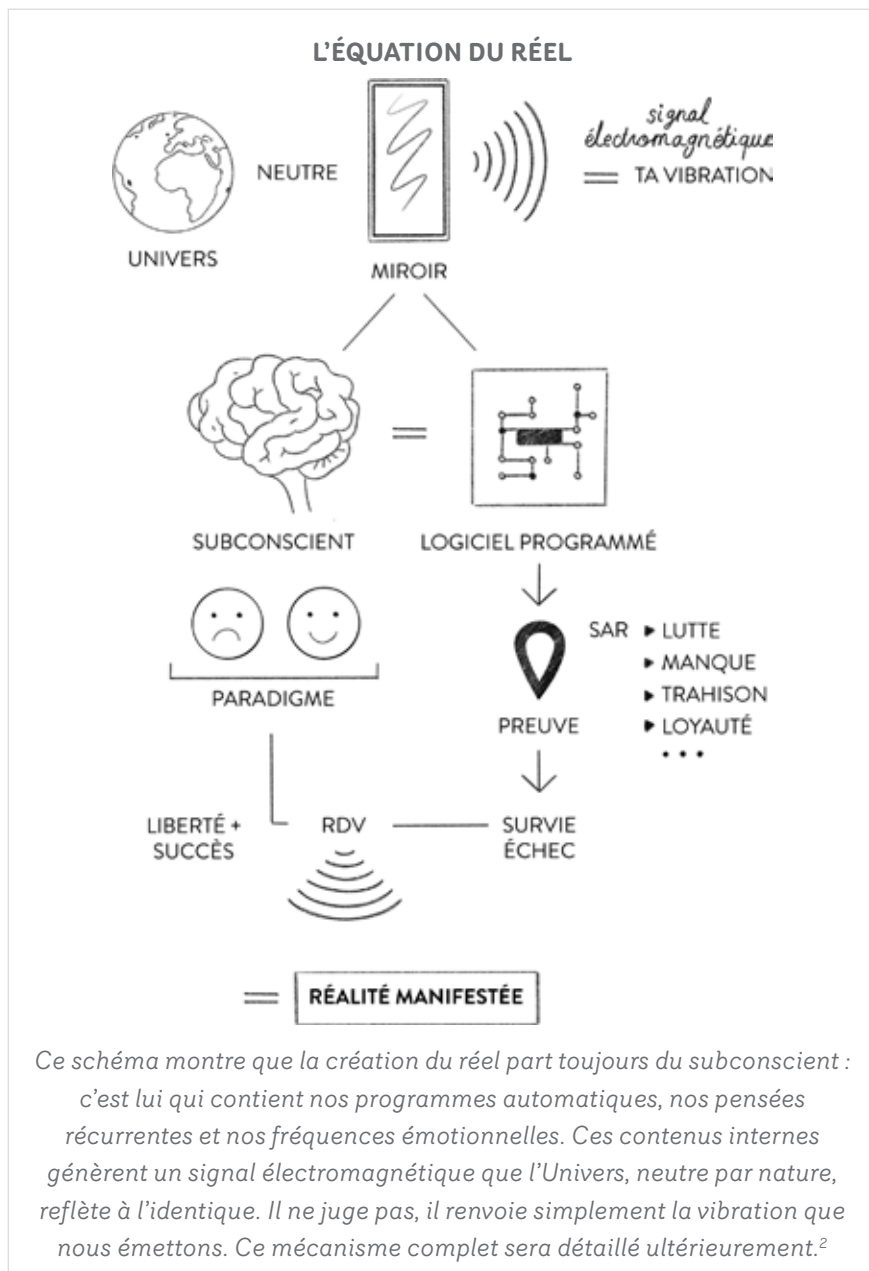
EN RÉSUMÉ

Manifestation = (pensées + émotions) × répétition × foi

Ce que vous nourrissez intérieurement de façon persistante finit par s'imprimer dans le champ, jusqu'à se matérialiser dans votre expérience. Nous détaillerons cette partie plus précisément plus tard en intégrant le concept de foi, qui n'est pas religieux ici (→ P. 154).

Champ = énergie + information + interconnexion

C'est une toile invisible, certes, mais qui relie tout à tout, où chacune de vos pensées, émotions ou intentions agit comme un signal. Ce signal se propage, entre en résonance avec d'autres et finit par influencer la matière, c'est-à-dire votre réalité. Le champ n'est pas « quelque part à l'extérieur » : vous en faites partie, vous y contribuez activement, et il répond à ce que vous émettez. Vous êtes la source.



2 | Voir p. 45.

3D, 4D, 5D : UNE LECTURE VIBRATOIRE DES NIVEAUX DE CONSCIENCE

Ces trois dimensions ne sont pas des lieux physiques, mais des états de conscience qui influencent votre manière de percevoir le monde, de réagir et de créer.

■ La 5D

La 5D représente l'unité, la présence, l'accès au champ de tous les possibles, le *kairos*. C'est depuis cet état que l'on commence à créer sans résistance, en cohérence avec l'intelligence universelle. Dans la 5D, le temps n'existe pas. Vous sentez que la réponse est déjà là, avant même de l'avoir cherchée. C'est l'état de flow où tout semble s'aligner, où vous ressentez une paix profonde et une confiance absolue. Vous n'êtes plus en lutte ni dans l'attente : vous êtes simplement présent-e à vous et à la vie, et tout s'orchestre naturellement.

■ La 4D

La 4D est le plan des pensées, des intentions, des croyances, mais aussi la partie la plus importante pour créer votre réalité. C'est littéralement le terrain où vous plantez les graines de ce qui va se matérialiser dans votre 3D. Je la vois comme un traducteur de réalité. C'est l'espace de transition où se rejouent les scénarios mentaux. Dans la 4D, vous ruminez vos échecs passés ou vous projetez vos espoirs futurs. Vous visualisez, vous imaginez, vous doutez, vous répétez des dialogues intérieurs. C'est l'espace des « Et si... » qui s'infiltrant encore et encore dans votre esprit.

■ La 3D

C'est la réalité perçue par vos cinq sens. C'est aussi votre « conducteur » dans le monde physique : ce corps qui agit comme une voiture circulant à travers la construction mentale que vous appelez votre réalité.

La 3D correspond au monde matériel, à la conscience linéaire, aux logiques d'effort, de séparation et de contrôle. Dans la 3D, vous croyez que tout

dépend de ce que vous faites. Vous vous battez pour réussir, vous mesurez vos résultats en fonction du visible, vous cherchez à contrôler les autres ou les événements. C'est le monde où l'on dit : « Si je ne fais rien, il ne se passera rien. »

Lorsque vous manifestez, vous basculez continuellement d'un plan à l'autre. Vous captez d'abord une possibilité en 5D : cela peut être une idée, un désir, une vision intérieure, un rêve. Cette information descend ensuite dans votre 4D, là où votre imagination, votre intention et vos paradigmes la traduisent en programme subconscient : vos croyances vous disent alors si cela est possible ou impossible. Et enfin, ce programme se matérialise automatiquement dans votre expérience physique, en 3D.

Créer depuis la 3D, c'est comme essayer de nettoyer votre chemisier taché de dentifrice en essuyant le miroir de la salle de bains : vous agissez au mauvais niveau. C'est la chemise qu'il faut nettoyer. Pas le miroir. Celui-ci reflète simplement ce que vous êtes. La transformation durable se joue donc dans les plans invisibles qui informent la matière, jamais l'inverse.

Vous apprendrez dans ce livre à déplacer votre centre de gravité. À penser, ressentir et décider depuis un niveau vibratoire plus haut, c'est-à-dire depuis une conscience neutre (= état d'ÊTRE intérieur) et vibrante (voir schéma ci-dessus), prête à traduire ses souhaits les plus chers et ses objectifs les plus hauts. Et c'est à ce niveau que l'impossible devient possible.