

COMMENT DEVENIR  
RICHE ET RÉUSSIR  
DANS TOUS LES  
DOMAINES

*EN UN SEUL ET MÊME LIVRE*

LUDOVIC SPINOSA





## Avant-propos

Tout ce que j'ai retranscrit dans ce livre très complet, marche, car je l'ai moi même étudié, exploité, et appliqué dans ma vie de tous les jours.

Plus de stress, de nervosité, de prise de tête, ou de négativité, je vie enfin ma vie en toute sérénité.

J'ai lu des dizaines et des dizaines de livres sur la réussite, le développement personnel, et tout ce qui se rapproche de près ou de loin, à la psychologie humaine, et je me suis aperçu, que beaucoup de chose, de terme, d'exemples, et d'évènements revienne souvent.

Je vais dans ce livre, vous faire part de plusieurs expériences vécu, pour vous aider à comprendre comment évoluer et vous développez personnellement.

J'ai donc décider, de vous éviter de faire la même chose que moi, c'est à dire, écouter des audios pendant des heures, regarder des vidéos et chercher a comprendre, faire des recherches internet pour avoir

des réponses, et surtout lire des dizaines et des dizaines de livre pour en arriver aux mêmes conclusion à chaque fois.

Je vous ai fait un concentré de tous cela, dans ce seul livre, en restant simple, mais surtout en gardant l'essentiel, sans jamais déborder, et qui va vous permettre de vous épanouir pleinement dans votre vie. Je ne veux pas réécrire ce qui a déjà été dit dans d'autre ouvrage, je veux donner la possibilité à tous le monde, de réussir.

Que ce soit pour un meilleur relationnel, dans votre vie professionnelle, amoureuse, personnelle, ou familiale, je vous dirais comment enfin vivre en toute sérénité. Il n'y aura pas de promesse, je ne suis pas un vendeur de rêve, ni un gourou, et les miracles n'existent pas.

Vous aurez bien sûr à sortir de votre zone de confort, en changeant quelques habitudes, qui vous empêche d'avancer dans la vie, mais si vous décidez de le faire sérieusement, vous vivrez mieux, et tout vous sourira dans la vie.

Le seul but de cet ouvrage, est de vous aider, peu importe le degré d'aide que cela vous apportera, ce sera toujours bénéfique pour vous, et vous apprendrez toujours quelques choses.

Avant de prendre la décision de changer les choses qui n'allait pas dans ma vie, j'étais une personne asociale, sans aucun but dans la vie, tout le temps nerveux, stressé, n'ayant pas beaucoup d'amis.

Alors si vous décidez de changer quelque chose dans votre vie, un projet quelconque, peu importe, je ne vais pas vous expliquer comment être millionnaire en 2 mois, je ne peux pas vous expliquer ce que je ne connais pas, je ne vais pas non plus vous donner une recette miracle pour l'amour ou le travail, ça n'existe pas.

Pas de fausses promesses, pas de mensonges, ni de bla-bla, je vais vous expliquer comment prendre votre vie en main, avec des conseils, des exemples, dans votre vie de tous les jours, en vous guidant pour atteindre vos buts.

Il ne faut pas constamment associer la réussite à l'argent, il y a bien sûr d'autre réussite dans la vie, et si vous le voulez bien, nous allons voir tout cela ensemble.

Alors si vous êtes d'accord, c'est ni demain, ni dans un mois, ni dans une semaine, ni même dans une heure, c'est MAINTENANT.

Dites le encore MAINTENANT.

Pour mieux assimiler votre apprentissage, je vous conseille de lire un seul chapitre par jour, mais en le lisant attentivement, ainsi les informations rentreront beaucoup plus facilement, mais surtout resteront encre dans votre mémoire.

*« CHAQUE ACTION QUE VOUS  
FEREZ DANS VOTRE VIE, AURA  
UNE CONSEQUENCE »*



## **Construction d'un mental d'acier**

Pour ma part, rien ne réussit aussi bien que le succès, car plus vous réussirez et plus vous aurez de succès, et bien sûr plus vous aurez de succès et plus vous réussirez.

Les avis négatifs à la construction : de votre business, de votre affaire, d'une relation avec une tierce personne, des études que vous aurez choisies, peu importe vos buts, et projets dans la vie ; ne doivent pas vous freiner. Vous devez vous servir de toute cette négativité qui vous entoure, pour avancer dans la vie, pour réaliser vos projets, pour réaliser vos rêves, même les plus fous.

Quoi que vous fassiez, quoi que vous disiez, il y aura toujours une personne sur cette planète, pour vous contredire, mais surtout pour vous critiquer. Que vous réussissiez et que vous ne réussissiez pas, vous seriez toujours sali, car c'est dans la nature de l'homme, d'être jaloux de son voisin, de ce qu'il a, que lui n'a pas.

Si on vous dit « OUI », et que l'on vous suit, c'est génial. Mais si on vous dit « NON », et que l'on dit que vous êtes fou d'entreprendre telle ou telle chose, c'est aussi génial, car cela doit vous servir de carburant, en vous donnant une motivation encore plus forte, pour leur prouver qu'ils se trompent.

Imaginez vous mentalement jusqu'à la réussite et vous verrez avec surprise que vous concrétiserez, bien plus vite que vous ne le pensez. Quand nous étions enfants, nous pensions tellement fort aux cadeaux de Noël que nous allions avoir, avec tellement d'amour, de ténacité, et de croyance, que nous l'avions forcément au pied de l'arbre, sans jamais avoir aucun doute.

Pour commencer doucement, mettez vous des objectifs atteignable, réalisable, et au fur et à mesure que vous les réalisez, mettez en des nouveaux, et ça vous permettra d'avancer à vitesse grand V.

Rien ne motive plus que des résultats.

Je vais vous donner un exemple personnel, de volonté et de motivation, pour vous montrez que quand on veut, on peut.

Voici donc deux exemples qui pour moi, demande une volonté de fer, c'est arrêté de fumer, et faire le régime.

Pour le premier qui est d'arrêter de fumer, j'ai tout simplement commencer à l'âge de 15 ans, tout simplement pour faire le beau devant les filles, et bien sûr me donner une image auprès des mecs, pour avoir

une chance de m'intégrer. C'est vite devenu une drogue, suivi d'une habitude quotidienne, qui m'on valu des quintes de toux horrible quand j'étais malade, et qui m'ont valu aussi des dizaines d'échecs quand j'ai voulu arrêter au fil des années. Après une dizaine d'années à fumer un paquet par jour, je suis parti un matin, au boulot comme à mon habitude, et je me suis retrouvé sans cigarettes.

Alors je me suis dit, que j'en taxerai dans la journée, à mes collègues de boulot. Je me suis donc lancé quelques challenge personnel, tenir jusqu'à la pause déjeuner. Ensuite je me suis dit que je pouvais tenir, jusqu'à la maison, sachant que j'avais récupéré une cartouche entre temps. Et puis je me suis dit, jusqu'à ce soir, allez un jour de plus, et pourquoi pas jusqu'à la fin de la semaine. Un mois est passé, puis une année, et au jour d'aujourd'hui, ça fait plus de 10 ans que je n'ai pas touché une cigarette. Je sais ce que vous allez dire, mais à ce moment là tout mon entourage fumait, et j'ai arrêté sans aucune aide, ni artifice. Mais un jour j'ai eût un déclic, et j'ai vraiment décidé d'arrêter pour mon fils qui avait un an, et je voulais le voir grandir. J'ai donc eût le pourquoi et la motivation qui va avec.

Pour le deuxième qui est de faire le régime, je suis une personne très gourmande, et j'adore autant le sucré, que le salé, alors autant vous dire, qu'il est très dur pour moi, quand je regarde un bon film, de ne pas

succomber au besoin de me farcir un paquet de biscuit dans son intégralité. Quand arrive les repas de famille, rien de tel que de me resservir plusieurs fois, tellement que c'est bon. Mais bien sûr la aussi j'ai eût un déclic, ça été une vidéo de moi, ainsi que quelques réflexions douteuse de temps en temps, pourtant ce n'était pas la première fois, que je voyais des vidéos de moi, ni que j'entendais des pics sur mon apparence. Et pourtant je me suis choqué moi-même de me voir, mais surtout d'entendre mon propre frère me faire une réflexion anodine pour lui, mais déterminante pour moi. Car il me posait la question de savoir si je faisais de l'aérophagie, et c'est comme si la foudre venait de me tomber dessus. A partir de ce jour je me suis promis, non seulement de perdre du poids, mais pas seulement, je voulais encore plus, et je me suis donc remis au sport. Après 2 mois, j'en ai pris l'habitude, tous les jours je fait 2 h de sport, je mange sainement, avec des légumes, ce que je ne faisait pas avant, en supprimant toute sucrerie, mais en me laissant un jour le week-end où je peux me faire plaisir. En faisant comme cela, ça me permet de ne pas craquer, mais en plus ayant du résultat sur la balance, mais aussi dans la glace, je suis encore plus motivé pour continuer. Et en plus le samedi matin je fait 2 h de sport avec mes enfants, et cela nous a rapproché encore plus.

Je suis persuadé qu'à un moment donner de sa vie, il faut se poser les bonnes questions. Il faut se

demander si l'on veut avancer comme un train corail, et s'arrêter à toute les gares, ou alors tracer comme un TGV, et aller au plus vite vers la réalisation de ses buts et objectifs. Mais surtout ne jamais tomber dans la procrastination, c'est à dire de ne jamais, remettre à demain, ou ultérieurement, ce que l'on peut faire aujourd'hui, c'est une règle de base, a adopter de suite.

Une phrase qu'un ami m'a dit un jour, disait :

Ce ne sont pas les plus grands qui mangent les plus petits, mais les plus rapide, qui mangent les plus lents. Je ne sais pas d'où il l'a sorti cette citation, mais elle est vrai dans tous les domaines que ce soit, dans les affaires, en amour, peu importe, il ne faut jamais perdre de temps. Quoi qu'il en soit vos idées, seront celle de quelqu'un d'autre un jour, si ce n'est pas vous, qui prenait la décision de les faire vivre. Avec ou sans vous vos idées feront surface un jour ou l'autre, alors autant que ce soit vous qui en profitez. C'est aujourd'hui et maintenant que vous construisez votre avenir et vos revenus de demain. Alors « OSEZ » « OSEZ » « OSEZ », le ridicule ne tue personne, et ce qui ne tue pas, rend plus fort, donc foncez.

Pourquoi pensez vous que certain sportif, ou homme d'affaire, réussissent, et d'autre pas.

Tout simplement, parce que ceux qui réussissent, ont le truc en plus, ils ont la « VISION », dans leur tête, une image parfaite de leur réussite, comme si il pouvait la toucher, avec une croyance inébranlable. Ils vont

réussir et rien ni personne ne les détournera de cette idée, ce sont ce que l'on appelle des « GAGNANT ».

Pourquoi certain patients guérissent sous l'effets de médicaments Placébo, tout simplement parce que dans leur tête, dans leur esprit, ils vont guérir grâce à ce médicament, qui n'est en réalité que du sucre dilué dans de l'eau. Ce que l'on pense, et arrive a croire sans doute possible, est vraiment « MAGIQUE », pensez et vous aurez ce à quoi vous pensez.

La chose importante a retenir, c'est que si à la base on ne croit pas en soi, on ne croit en rien. Il faut resté simple, resté soit même, croire en soi, car personne n'est meilleur ou plus mauvais qu'un autre, chacun est différent, et exceptionnel en soi. Et chaque personne sur cette planète en complète une ou plusieurs autres, car chacun d'entre nous a besoin ou aura besoin un jour d'une ou plusieurs autre personne.

Pour récapituler tout ça, faites les choses « MAINTENANT », n'hésitez pas à « OSEZ », ayez la « VISION » de ce que vous voulez vraiment, soyez un « GAGNANT », croyez en vous et tout sera « MAGIQUE ».

Pourquoi se contenter d'être comme tout le monde, quand on peut être meilleur.

## L'attitude à adopter

La réussite ne s'apprend pas dans les livres, les livres vous servent juste à évoluer mentalement, la réussite se crée, mais pour ça, il faut le « VOULOIR », et passer à « L'ACTION », en faisant ce qu'il faut.

Ce n'est pas en regardant les autres réussir, que l'on réussit, pour avoir ce qu'ils ont, il faut faire ce qu'ils font.

La première des choses des plus importantes pour moi, c'est tout simplement de vous détacher des personnes qui se plaignent tout le temps, qui en veulent au monde entier, les personnes tout le temps négatives, celle qui trouvent toujours des excuses pour ne pas faire les choses, et celle qui rejette la faute sur tout, sauf sur elle-même. Ces personnes là, vont vous attirer vers le bas, même sans le faire exprès, car la « NEGATIVITE », est une maladie très contagieuse. Vous n'aurez donc jamais les idées claires, et ils vont vous mettre des doutes sur vos projets.

La deuxième des choses que beaucoup de gens ne font pas, c'est de « DEMANDER », par peur de si ou de là. Mais par peur de quoi, au bout du compte ?

Prenons l'exemple d'une personne attiré par une autre, pour une fille ou un garçon, c'est dur, d'oser. Toutes les questions de l'univers traverse leur esprit, que va t'il se passer, et si je me fait remballer, et si, et si, et si. Et si quoi ? Dites vous que si vous n'y allez pas, quelqu'un d'autre le fera à votre place, alors allez y et vous verrez bien ! Et cela vaut dans tous les domaines, que ce soit l'amour, ou les affaires.

C'est un « oui », c'est génial vous avez bien fait, mais si c'est un « non », c'est génial, c'est juste que ce n'était pas pour vous, et vous ne perdrez pas de temps.

La troisième chose, qui se perd de plus en plus, c'est « AIDER, MONTRER », quand on sait bien sûr.

Prenons un enfant, donnons lui du feu, il peut se bruler, donnons lui de l'eau, il peut se noyer, donnons lui un outil, et il peut se blesser.

Maintenant prenons le même enfants, et donnons lui notre confiance, guidons le, montrons lui ce qu'il faut faire et ne pas faire, mais surtout comment le faire. Et bien il va évoluer, et vous allez l'aider à grandir, et dans la vie de tous les jours, c'est pareil, on n'appelle ça de la formation, et ça tout le monde en a besoin tout au long de sa vie. Ceux qui savent, faites le, et pour ceux qui ne savent pas « DEMANDER », et on vous apprendra, guidera, montrera, jusqu'à votre réussite, car la réussite de chacun, contribuera à celle

de tous le monde. La puissance et le savoir qui est en chacun de nous, associé à la puissance et le savoir de l'ensemble de chacun d'entre nous, est comparable à des millions de gouttes d'eau, ou des millions de fourmi, ensemble, on n'est plus fort.

La quatrième chose, tout le monde le connaît, le croise au quotidien, mais c'est tellement devenu une habitude, que plus personne n'y prête attention. Ce dont je parle, c'est l'amour, et dans toute ces formes, car l'amour, à des formes infini. Le simple fait « D'AIMER », et d'une importance capitale, si c'est vraiment sincère, sinon cela se retournera contre vous, il ne faut jamais aimer, en attendant quelques chose en retour. L'amour est un sentiment sacré, qu'il ne faut ni juger, ni tromper, et encore moins trahir. Il faut vraiment « AIMER » son prochain comme soi-même, ça peut vraiment changer votre vie, et celle de celui à qui vous donner votre amour.

Je vais finir avec ce cinquième point important, qui est « ECOOUTER ». Il y a une différence colossale entre le verbe entendre et écouter. Vous pouvez entendre de la musique, mais aussi « ECOOUTER » de la musique, en prenant soin de déguster chaque note, chaque instrument, chaque sonorités. Vous pouvez entendre votre ami, vous dire que vous avez trop bu, en prenant quand même le volant de votre voiture, ou bien vous pouvez « ECOOUTER » votre ami, en lui répondant qu'il l'a raison, tout en lui donnant les clés de votre voiture.