

## TEMOIGNAGES SUR LA FORMATION

### « S'AIMER ET REUSSIR »

(chaque témoignage est vérifiable – je peux vous mettre en contact avec la personne concernée)

*« Je trouve le contenu très complet, il aborde le cœur du sujet. Les évaluations sont d'une grande aide ainsi que les exercices à répéter pour les intégrer.*

*Le regard approfondi sur ma vie passée m'a fait découvrir qu'elle n'avait pas été aussi terrible que je le croyais. J'en ai ressenti de l'empathie à mon égard et de la joie pour les belles choses qui me sont arrivées que je minimisais.*

*Oui cela a répondu à mes attentes en me faisant prendre conscience de ma façon d'agir avec moi-même.*

*Les prises de conscience ont mis en lumière ce sur quoi il m'est nécessaire de travailler. C'est une grande avancée. Ainsi je suis plus attentive à mes pensées négatives et à l'environnement dans lequel je vis. Je peux maintenant inverser la situation afin de voir le verre à moitié plein.*

*Cela m'aide énormément dans ma vie quotidienne. Je me renvoie du positif tous les jours, je m'apprécie mieux, j'ai repris confiance en moi, je me sens plus sûre de moi.*

*Je continue à faire les exercices car je découvre tous les jours des événements positifs qui me reviennent en mémoire de mon passé et mes « petites » réussites journalières m'aident à être fière de moi.*

*Oui bien sûr je conseillerais cette formation à d'autres personnes. Elle est très bien conçue. J'aime l'accent mis sur le positif de nos vies, sur nos potentialités ignorées ou méconnues pour diverses raisons, sur l'apprentissage à nous aimer en douceur et persuasion et pour tous les bienfaits qu'elle apporte : meilleure estime de soi, davantage de confiance en soi, regard positif renforcé sur nous-mêmes et sur la vie, sur notre environnement, meilleur discernement de ce qui est bon pour nous tant au niveau relationnel que spirituel ou matériel.*

*Merci Philippe ! »*

*Hélène M.*

*« une formation très complète et très pragmatique (beaucoup d'exercices écrits qui permettent de faire l'inventaire de sa vie antérieure, exercices de visualisation et d'ancrage ). C'est une formation qu'il faut faire à son rythme en respectant chaque étape comme Philippe le recommande, m'a permis d'avancer pas à pas sur la connaissance de moi-même et aujourd'hui d'être ENFIN la belle personne que je suis, remplie de qualités, de compétences et qui aime beaucoup ce qu'elle est et qui a décidé de réussir sa vie.*

*Cette formation a complètement répondu à mes attentes : elle m'a permis d'avancer pas à pas sur la connaissance de moi-même et aujourd'hui d'être ENFIN la belle personne que je suis, remplie de qualités, de compétences et qui aime beaucoup ce qu'elle est et qui a décidé de réussir SA VIE.*

*Une transformation radicale même après avoir déjà fait un travail épisodique sur moi-même : j'ai ENFIN pris ma place. Je me sens REMPLIE, pleine, bien présente, existante et fière de ce que je suis...enfin, apaisée; je me souris , heureuse et rajeunie ( pourtant j'ai dépassé les 60ans);*

*Chaque matin, je relis 3 qualités énumérées pendant ce travail de développement personnel et toute la journée je me répète que je suis une belle personne et que je mérite le meilleur; Alors, je me sens forte, rayonnante, remplie de joie et très confiante !*

*Sans hésitation, faites ce travail personnel qui vous amènera vers le meilleur de vous-même et une belle réussite dans votre vie professionnelle, personnelle et sociale !*

*à recommander à tout un chacun(e) prêt(e) à grandir. »*

*Marie Pascale D.*

*« J'ai reçu plus de ce que j'avais espéré. J'ai suivi le séminaire avec bonheur, très intensif avec beaucoup d'exercices oraux ou écrits. En outre, j'ai eu accès à la formation en ligne pour peaufiner ma formation.*

*Cela m'a permis d'augmenter ma confiance en moi et de m'aimer davantage afin d'être capable d'aider mon entourage objectivement.*

*Cela a eu un impact extraordinaire sur le plan professionnel ainsi que sur des orientations nouvelles.*

*Je suis consciente de mes qualités et je sais que je peux encore exploiter mon potentiel infini. Je dois écrire, visualiser et passer à l'action. Quand je me lance dans quelque chose de nouveau je ne me mets plus la pression, je le fais à mon rythme. Je suis mon intuition sans me laisser influencer par mon entourage et surtout j'ai appris à être patiente car j'ai foi en moi. J'ai enfin compris le lâcher-prise.*

*Cela a changé mon attitude vis-à-vis de mon entourage. Je suis plus tolérante, fais preuve de plus de compassion, sais pardonner car j'ai appris à m'aimer avec passion et complaisance.*

*J'utilise quelques exercices : écrire, visualiser, EFT. Cela renforce énormément ma confiance et mon amour pour ma personne. Je constate que j'évolue positivement et que je sers d'exemple. autour de moi.*

*Cela transforme notre vie sur tous les plans : amoureux, professionnel, familial. On ne sera plus jamais la même personne. Nous devenons quelqu'un de bien. Que du positif !!!!!*

*Philippe Chenuaud est très à l'écoute et son coaching efficace nous aide à nous développer dans la bonne direction. On apprend à gérer nos défauts, à faire ressortir nos qualités grâce aux différents exercices et surtout notre taux de confiance et d'estime de soi augmente automatiquement. »*

*Christine L.*

*« Bonjour, vraiment très bien le séminaire et la formation très complète. Oui ça réponds à mes attentes, je continue à travailler dessus. J'avance à mon rythme avec les modules. Cela me permet aussi de revenir sur certains sujets, de les compléter à nouveau si besoin et les messages audio sont très bien. J'apprécie vraiment les modules.*

*J'avance à petit pas, j'ai davantage confiance en moi, mais la formation n'est pas finie pour moi, je sens que j'ai encore besoin de progresser. Je continue de travailler sur les modules. Doucement mais sûrement.*

*Cela m'aide bien sur dans la vie quotidienne, je relie les réussites : qualités / compétences. Je relie mon classeur, je le complète régulièrement. L'exercice du miroir est très important aussi.*

*Le séminaire est très bien, très complet. Formation très complète aussi, que l'on peut suivre à son rythme sur internet. C'est un plus. Un grand merci à vous Philippe. »*

*Catherine F.*

*« Cette formation a été pour moi l'élément déclencheur pour comprendre l'importance de l'Amour de Soi, après des expériences de vie douloureuses. Même si je me connaissais, cela m'a permis de prendre conscience de mes valeurs, de me gratifier au quotidien, d'aimer la vie, Ma Vie.*

*Je tiens un livret (je le choisis toujours avec une belle couverture format A5 et un élastique qui le referme) au quotidien, où j'écris le matin ma gratitude pour ma nouvelle journée, je remercie aussi pour mon environnement douillet et j'écris "Je m'aime, je m'aime, je m'aime et je réussis", le soir idem et je rajoute trois gratitudes de ma journée (pour une ou des personnes, une chose, une situation), cela prend deux trois minutes à chaque fois, parfois je rajoute une pensée une idée. J'ai plaisir à les feuilleter.*

*Je pratique l'ancrage au quotidien pour remercier et me féliciter, c'est devenu une habitude automatique (avec ma main droite je me félicite trois fois côté Coeur).*

*Le matin, surtout, mon premier regard dans le miroir je me dis "je t'aime" je regarde la petite flamme brillante au fond de mes yeux. Je suis de mieux en mieux, j'ai pris beaucoup d'assurance, je communique de suite avec calme ce que je pense.*

*J'écoute ma petite voix intérieure*

*C'est une formation essentielle pour se découvrir, une formation de démarrage qui impulse. Elle est LA BASE pour évoluer »*

*Nadine G.*

*« Les exemples sont simples, des exercices accessibles à tous et le rythme du cours s'adapte aux participants .*

*Mes attentes ont été atteintes. Le thème est très profond, je dirai que c'est avec le temps que l'on prend conscience du changement positif qu'il a apporté.*

*J'ai pris conscience de ma valeur, mon regard sur mon moi profond a changé et maintenant je me vois comme la belle personne que je suis.*

*je prends ma place dans le respect, le partage et l'amour.*

*je pratique certains exercices comme : me féliciter de ce que j'ai accompli dans ma journée, reconnaître en me regardant dans le miroir mes qualités. une certaine paix intérieure et beaucoup plus d'assurance.*

*Cette formation est utile à chaque personne qui à envie de reconnaître sa vraie valeur, de prendre sa place et de vivre en accord avec ces décisions. »*

*Pascal G.*

*« Merci Philippe pour ce Week-end à Neuchâtel où nous avons pu participer à ce magnifique séminaire sur l'amour de soi.*

*Ce fut, pour moi un très grand moment. J'ai appris à m'aimer, à me respecter.*

*Merci pour chacun des outils que tu nous as donné, qui me permettent chaque jour de continuer de vivre ce que tu nous as appris.*

*Grâce à ce séminaire, j'ai pu surmonter des choses qui me semblaient impossible à surmonter.*

*Il y avait dans ma vie, toute une partie de moi que je n'aimais pas à cause de décisions que j'ai prise.*

*Tout s'est fait, à travers les exercices pratiques que tu nous as proposé, j'ai réussi à m'accepter telle que je suis, à m'aimer infiniment.*

*Pour moi, ce fut un grand pas en avant, que j'avais vraiment du mal à faire avant ton séminaire.*

*Depuis, je rencontre plein de personnes magnifiques qui me proposent constamment des opportunités qui vont dans le sens de ce que je veux accomplir dans ma vie.*

*En résumé, une fois de plus ma vie est en train de changer et s'améliorer.*

*Je conseille ce séminaire ou la formation en ligne à toute personne qui veut avoir une vie meilleure.*

*Merci Philippe, pour ce que tu nous donnes. »*

*Katia B.*

*« hello Philippe,*

*J'espère que tu vas aussi bien que moi.*

*Je te remercie de ce merveilleux cadeau que tu nous as fait avec cette formation du 16 et 17.04 d'autant plus que lundi 18.04 j'avais mon anniversaire.... Tu nous as fait voyagé tantôt au plus profond de nous et tantôt tu nous a fait décoller. Pour ma part, une partie de moi est restée connectée à l'univers où comme tu le dis si bien « on peut l'appeler comme on veut » et c'est que du bonheur.*

*Chaque jour je me sers des outils que tu nous as donné pour maintenir le meilleur niveau possible de mon estime et mon amour pour moi. J'applique l'infusion chaque fois qu'une pensée pas constructive montre le bout de son nez et ça marche très bien..*

*Lundi 18.04 le comportement de mon remplaçant était détendu et cela m'a surpris au premier abord et ensuite j'ai compris que c'était juste parce qu'un changement c'était produit pendant le week-end. Gratitude.»*

*Pascal G.*

*« Bonjour Philippe,  
Merci, Merci, Merci !  
Ton séminaire des 16 et 17 avril a été fantastique !  
Chaque participant a remonté son niveau d'estime et de confiance en lui-même.  
Grâce à tes outils efficaces, nous avons tous fait un énorme bon en avant !  
En ce qui me concerne, j'ai eu comme un électrochoc !  
Tu as dit, dès le début, qu'il fallait d'abord avoir de l'amour inconditionnel pour soi-même si l'on voulait en avoir pour les autres.  
L'amour inconditionnel fait partie de ma Mission de Vie.  
Au quotidien, je fais de mon mieux pour aimer les autres « inconditionnellement ».  
Je reconnais que ce n'est pas toujours évident. J'ai encore du travail...  
En tout cas, j'essaye !  
Par contre, faisant passer l'autre ou les autres avant moi, je n'avais pas réalisé !  
Je dois avoir de l'amour inconditionnel pour moi-même !  
Toutes les cellules de mon corps ont vibré en entendant cela !  
C'est comme s'il y avait un « arrêt sur image » ou plutôt sur son !  
Ayant participé plusieurs fois à tous tes séminaires,  
ce n'est pas la première fois que j'entends cela et d'autres choses riches...  
Est-ce parce qu'enfin, je suis prête pour moi ?  
Ce message n'avait plus du tout la même couleur, la même vibration.  
Ce message était pour moi et j'étais prête à l'intégrer !  
Je pense que mes avancées sur le chemin de l'amour de moi, chaque jour, un peu,  
font qu'aujourd'hui, j'ai pu ENTENDRE ton message,  
le message de l'AMOUR DE MOI !  
Wahooooooooooooooooooooooooooooo ! Génial !  
Merci Philippe !  
Cet électrochoc m'a fait faire un saut quantique !  
Et, enfin, grâce à l'Amour inconditionnel de qui je suis,  
je vais aimer VRAIMENT l'autre, les autres d'un Amour inconditionnel.  
GRATITUDE »  
Sophie D.*

*« Bonjour,  
J'ai suivi 2 stages de Philippe, dont le dernier sur l'estime de soi.  
Je ne peux dire qu'une chose : j'en suis vraiment ravie !  
Depuis ce stage en particulier sur la confiance en soi, je prolonge quotidiennement  
les bienfaits de ce moment de ressourcement et d'encrage dans ma force, grâce à  
quelques outils simples et puissants que nous livre Philippe.  
Un grand merci à Philippe et à toute son équipe ! »  
Magali B.*

*« Hello everybody,*

*Il paraît que je rayonne, que je me prends moins la tête, que je suis lumineuse, que je vais de mieux en mieux. Hé hé, je garde mes secrets pour me protéger encore un peu de ces moments précieux, je ne dis pas encore à everybody que j'ai suivi un stage hors du commun.*

*D'habitude poussive en vélo, les voitures me laissent passer.*

*Mes clients m'écrivent des retours sensationnels, que je suis magique, m'appellent la fée, veulent me revoir...*

*Quelques expériences désagréables me montrent que je me manque encore de respect, que j'accepte trop de choses pour être aimée. Au lieu de me laminer, j'accepte, j'apprends et me renvoie de la douceur et de l'amitié.*

*Sous la douche, je ne me lave plus automatiquement, prends le temps des gestes bienveillants, de caresses, je parle à ma peau.*

*En me nourrissant aussi, je dialogue avec mon corps. J'ai repris le sport, je me suis allégée, j'ose être belle et séduisante, sans pour autant être dans la séduction.*

*Toutes ces nouveautés ne sont pas encore automatiques, et pourtant je sens que ça diffuse. C'est bon ce rendez vous avec soi. Je suis quelqu'un de bien et d'aimable !!*

*Un énorme cadeau que je me suis fait est la réconciliation avec le passé et l'attachement à ces vieilles croyances limitantes et dévalorisantes.*

*J'ai également affirmé mon rôle dans mon travail, grâce au soutien de tout le groupe, de nouvelles et d'anciennes amitiés, l'accompagnement subtil de Philippe. Je peux vraiment me féliciter!*

*De coeur à coeur »*

*Marie Bizoux (mon surnom d'enfant)*

*« Bonjour Philippe*

*Pour ma part j'ai pu faire remonter des éléments qui m'éclairent et renforce mon estime de moi.*

*J'ose plus et surtout je me centre sur moi.*

*Je suis plus à mon écoute et je réponds plus à mes besoins d'être bien.*

*Je me donne plus d'Amour et je me sens mieux. »*

*Claudette M.*

*« Mon niveau de confiance a augmenté progressivement grâce à tes outils. J'ai adoré le jeu du miroir car je m'aime énormément et j'aime m'admirer...*

*J'ai pris conscience de l'amour que me portaient mes 2 enfants ainsi que mes divers succès petits ou grands.*

*En outre, l'importance d'entretenir ce sentiment est vital car nous attirons à nous ce que nous ressentons intérieurement c'est la raison pour laquelle il faut mettre en pratique régulièrement tes directives. Merci pour ce merveilleux cadeau, Philippe.*

*Bises. » Christine L.*