

QUELQUES PEPITES D'OR POUR VIVRE MIEUX

LE BONHEUR

Nous associons trop souvent notre bonheur à ce que les autres pensent faire pour nous au lieu de l'associer à ce que nous pouvons faire nous-mêmes.

Le bonheur ne vient pas du fait que l'on a toujours raison. Il vient du fait qu'on apprend à faire mieux, à faire plaisir aux autres, à se faire plaisir, à être sincère envers soi-même et mille et une autres leçons de la vie.

La première loi universelle nous enseigne que la seule constante de l'Univers, est le changement. Par conséquent, trouver ce qui nous rend heureux est un processus d'apprentissage qui fluctue constamment.

Combien d'échecs avez-vous connus ? En ce qui me concerne, ils sont nombreux. Mais j'ai ainsi appris avec le temps que mon bonheur ne dépend que de moi.

Le rire est partout, et si je veux participer à cette joie qui m'entoure, ce rire doit naître en moi, et non pas en dehors de moi. C'est l'essence même de la bonne humeur, l'essence même de notre être le CHI qui fait que tout est possible.

Les gens les plus heureux sont capables de décollérer et de pardonner. Il n'est pas nécessaire que le pardon soit purement altruiste, et pardonner ne signifie pas que l'on avoue être dans l'erreur.

Le pardon nous aide à chasser les points de vue négatifs qui pourraient freiner notre progrès, voire le saboter irrémédiablement.

Je dois dissiper ici un malentendu sur la vraie nature du bonheur, c'est-à-dire sur ce qu'il est et ce qu'il n'est pas.

Etre heureux, plus précisément être en paix avec le monde qui nous entoure, n'a rien à voir avec l'euphorie habituellement associée au bonheur. Cela ne veut pas dire que l'on rit sans s'arrêter, que l'on est en permanence au 7^{ème} ciel ou que l'on obtient toujours ce que l'on veut quand on le veut. L'Univers équilibre toujours les forces en activité.

Par conséquent, trouver la paix et le bonheur véritables consiste avant tout à apprécier la vie que l'on a et le monde qui nous entoure. C'est sentir qu'un rapport existe entre les êtres, les choses et nous et, savoir en PERCEVOIR LA BEAUTE.

C'est l'aptitude à regarder autour de soi, à observer le moment présent et à se dire que
« TOUT EST PARFAIT ».

« VIVEZ, RIEZ, AIMEZ. BRILLENZ COMME L'ETOILE QUE VOUS ETES !

LA PROSPERITE

La prospérité est à la portée de tous. Pour être vraiment prospère, il faut d'abord être bien avec soi-même, à l'aise dans ses interactions sociales, heureux dans son travail, et apprécier le service ou le produit que l'on a à offrir. On fait alors partie de l'abondance qui nous entoure à tout moment et en tout temps. Tout nous appartient. Tout est à nous depuis toujours, et tout sera à nous jusqu'à la fin.

2)

Ne vous focalisez pas sur ce que vous désirez. Concentrez-vous plutôt sur ce que vous ressentirez si vous possédiez déjà ce que vous désirez avoir. Placez vos émotions très hautes dans l'échelle de la prospérité et ayez des pensées positives qui attireront à vous l'abondance.

Agissez comme si vos désirs s'étaient déjà réalisés. Vous y parviendrez par la visualisation, par des affirmations qui décrivent ce que vous possédez « DEJA » en gommant toute idée de manque dès qu'elle se présente et en la remplaçant par une image mentale positive.

LA SANTE

Vivre une excellente santé consiste à sentir bien maintenant. Il suffit pour ce faire d'avoir des idées positives, une saine alimentation, des bonnes heures de sommeil. IL suffit de faire ce que l'on aime.

A respecter son corps, à l'écouter.

Etes-vous fatigué ? Avez-vous faim ? Avez-vous soif ? Avez-vous besoin de vous divertir ?

Je crois que le plus important consiste à admettre que toutes nos limites sont auto gènes.

Comprendre cela est une vraie libération.

Vous devez planifier votre évasion, fuir votre prison mentale, escalader le mur des impossibilités que vous vous imposez.

Il se passe quelque chose de remarquable quand on prend conscience de ce qui nous retient.

La plupart du temps, c'est nous. Nous ! La toute puissance est en nous !

L'AMOUR

L'amour est dynamique. Toute relation est dynamique. Lorsqu'on participe activement à une relation, tout s'anime. La vie est belle. Lorsque l'on se contente d'observer passivement une relation, elle devient statique. On cesse de vivre dans l'instant présent et l'on envisage la relation comme une chose à décoder, à analyser. Lorsque l'on communique avec son conjoint ou la conjointe, son compagnon ou compagne, il se passe quelque chose de MERVEILLEUX. La relation est dynamique, animée, vivante ainsi que l'amour doit être.

Des changements ont lieu sans cesse. Nous changeons. Les êtres humains changent. Vous changez. Je change.

Oui nous changeons tous, mais lorsque nous parvenons à changer ensemble et aller dans la même direction, d'extraordinaires miracles se produisent. Nos mots, nos émotions, nos pensées s'accordent. Soudain, les problèmes auxquels nous sommes confrontés sont plus ensoleillés, on peut s'y attaquer.

Voilà ce qu'est une vraie relation. Voilà ce qu'est la vraie communication entre les êtres. Voilà ce qu'est l'AMOUR.

Pour améliorer toutes vos relations avec les autres, commencez par améliorer votre relation avec vous-même. Traitez-vous comme vous traiteriez votre meilleur ami. Quoi que vous fassiez de tordu, aimez-vous.

Si vous voulez améliorer vos relations avec les autres, AIMEZ-VOUS !

Luis WANG DEK HEYOTEN