

CAP sur le bonheur et le succès!



15 trucs et règles de vie pour accéder à plus de bonheur et de succès dans votre vie

1. Ayez des objectifs stimulants et en cohérence avec vos valeurs.
2. Apprenez à mieux vous connaître : vos forces et vos qualités, vos faiblesses et vos défauts, vos goûts et vos préférences, vos valeurs et vos besoins, vos passions et vos talents, vos rêves...
3. Prenez l'engagement de vous améliorer, d'améliorer votre vie et d'être heureux : développez davantage vos forces et affranchissez-vous de vos peurs et blocages.
4. Visualisez votre vie de rêve et vos succès.
5. Prenez le volant de vos pensées.
6. Ne laissez pas vos peurs et les événements extérieurs vous éloigner de vos buts.
7. Apprenez à mieux vous aimer : devenez votre meilleur ami.
8. Ayez une attitude et un discours intérieur positifs.
9. Renoncez au statut de victime et soyez l'acteur et le créateur de votre vie.
10. Développez la tolérance et la persévérance : apprenez à vivre avec l'inconfort.
11. Prenez le temps d'apprécier, d'être reconnaissant envers la vie... ce que vous avez , ce que vous vivez et ce que vous êtes.
12. Apprenez à recevoir à demander et à donner.
13. Transformez le mot échec pour les mots expérience et apprentissage.
14. Apprenez à vivre et à savourer le moment présent.
15. Osez, passez à l'action et soyez heureux!

« Faites-vous une image de votre réussite et imprimez-la de façon indélébile dans votre esprit. Que cette image ne pâlisse jamais, qu'elle nourrisse constamment votre esprit, qui cherchera à son tour à la développer. »

-Dr Norman Vincent Peale