

□ CONSEIL SECRET NUMERO 4 □

" VOUS N'ETES PAS UNE VICTIME "

C'est un état d'esprit qui, en vous, va se transformer. Pour cela, il va suffire que vous changiez votre attitude, autant morale que physique, pour que progressivement cette transformation se produise.

Vous manquez toujours de confiance en vous et pour comprendre ce que vous pouvez changer, essayez de vous mettre devant un miroir et de modifier votre attitude jusqu'à ce que l'image qui vous sera renvoyée soit celle de quelqu'un qui peut séduire et convaincre. Souriez-vous, relevez la tête... Vous allez comprendre ainsi que tout est possible.

Ce sera la même chose qui se produira psychologiquement lorsque vous modifierez votre attitude mentale pour chasser les idées pessimistes et les pensées négatives qui vous encombrant.

Pour cela, de la même manière que, devant le miroir, vous aviez changé votre attitude pour modifier votre image, vous allez transformer votre état d'esprit.

Vous devez vous persuader que vous méritez ce qu'il y a de mieux et qu'il n'y a aucune raison que vous receviez moins que les autres. C'est ainsi que vous allez obtenir, justement, ce qu'il y a de mieux.

Celui ou celle qui se complait dans le rôle du " persécuté " qui pense être toujours " mal aimé " n'obtiendra en retour que peu d'estime et que peu de considération.

En revanche, celui ou celle qui va au devant des autres et qui sait qu'en réclamant ce qu'on lui doit, parce que lui ou elle est capable de l'offrir, aura toutes les chances d'obtenir cette estime et cette considération.

Oubliez chaque fois que cela est possible les choses passées qui vous ont été désagréables, surtout si ce sont des paroles qui vous ont fait du mal. Considérez qu'en les effaçant vous prenez un nouveau départ.

RESTEZ OÙ VOUS VOUS SENTEZ À L'AISE

Cherchez à rester parmi les gens où vous vous sentez bien, parmi ceux avec qui, vous avez des affinités. C'est là où les choses vont se passer favorablement pour vous.

ADOPTER UNE "ATTITUDE POSITIVE"

Une image que j'aime beaucoup évoquer pour illustrer cette attitude positive que j'ai appris à acquérir et que je voudrais vous faire partager est celle-ci.

Vous savez sûrement ce qu'est, dans une photographie en noir et blanc, le négatif et le positif. Ce que vous regardez et que vous montrez aux regards des autres c'est le positif. Le négatif, vous le rangez dans un tiroir.

Face aux événements quotidiens, vous n'imaginez pas que vous puissiez faire la même chose et vous intéressez seulement au négatif.

C'est le positif qui est la vérité et qui seul doit vous intéresser.

Cela va peut être vous paraître simple et enfantin. Je peux comprendre votre réaction mais je peux vous assurer que cela "marche". C'est, je le répète, le fruit de mon expérience. Ce sont des choses simples comme celle là qui, la plupart du temps, nous permettent de changer le cours des choses et de rendre la vie plus facile.

Imaginez la photo d'un joli paysage sous la neige... Sur le négatif tout est noir ou gris foncé! Quelle tristesse.

Dans la vie de tous les jours, c'est la même chose. Chaque fois, que vous rencontrerez un problème ou une situation sombre, imaginez que vous la transformez en positif. Ce qui est sombre devient clair !

Bien entendu, le problème n'a pas disparu mais votre façon de le regarder va vous permettre de le voir différemment et la solution va vous apparaître beaucoup plus facilement.

Gardez à votre esprit cette image de la photo enneigée.

Je vous le répète, cela peut vous paraître simpliste mais vous allez en faire l'expérience, cela va changer beaucoup de choses pour vous et vous verrez que votre situation matérielle va s'améliorer en même temps.

Dans votre vie au quotidien, cette image du négatif et du positif va se traduire de la manière suivante.

Vous devez toujours, en face d'une difficulté, vous concentrer sur la possibilité d'une solution et oublier celle d'un échec.

Croyez-moi, je l'expérimente encore aujourd'hui et cela a toujours fonctionné pour moi. Cela sera pareil pour vous si vous reprenez confiance.

Marie-Anne Cécence

Je vais aller plus loin en conservant dans l'esprit cette attitude positive. Lorsque vous désirez séduire ceux qui vous entourent ou simplement, donner une bonne image de vous, vous allez vous habiller avec soin, vérifier votre coiffure... Vous devez faire de même avec votre esprit. Ne le laissez pas en "désordre", ne restez pas en "négligé" à l'intérieur de vous-même.

Votre état d'esprit intérieur va influencer votre aspect extérieur. Votre regard va être différent et celui des autres va changer à votre égard. On écouterà ce que vous avez à dire et on fera attention à vous.

Je vous parlais tout à l'heure de votre apparence extérieure pour vous expliquer l'esprit de cette attitude positive qui est nécessaire à la conquête de l'argent.

Je veux y revenir car cela est très important. Si vous désirez améliorer vos revenus et vous faire une meilleure place au soleil, il est évident que vous devez absolument faire un effort dans ce domaine.

Vos vêtements, même si ils ne proviennent pas d'une boutique de luxe, doivent vous mettre en valeur discrètement. Ne l'oubliez pas car cela est important. Un sourire agréable est un atout majeur dans le contact avec autrui et cela peut changer beaucoup de choses. Pensez également à soigner vos mains et à tailler vos ongles. Cela va montrer le soin que vous pouvez apporter dans votre comportement quotidien et influencer plus ou moins consciemment ceux qui seront en face de vous.

Ce sont des détails comme cela qui vont donner de vous une image sympathique et, croyez-moi encore une fois, cela va être très important pour vous.

Ce sont pour l'instant des détails pratiques que je vous donne mais ce ne sont pas les moins importants.

Ne dites pas: tout cela, ce ne sont que des conseils. Il est facile de les donner mais il sera plus difficile de les suivre.

Je vous le répète encore : Tout cela est mon expérience personnelle et rien d'autre. Je suis quelqu'un de très simple et la vie n'a pas été pour moi plus facile que pour la plupart des gens. Ce sont les embûches et les difficultés qui m'ont appris toutes ces choses que je veux vous transmettre et qui m'ont permis de vivre une vie agréable avec beaucoup de satisfactions et de moments heureux.

Marie-Anne Pémece

La peau et les autres

La peau est l'organe du toucher, tout le monde le sait, mais qui analyse vraiment



ce que cela veut dire ? La peau est liée au plaisir, aux sentiments, à l'amour. Elle est instrument de séduction mais aussi vecteur de messages et de sentiments. Nous la modelons, l'entretenez, l'embellissons en fonction du regard des autres.

Dans ces échanges permanents avec le monde extérieur, avec les autres, la peau du visage est certainement la plus exposée et la plus significative. Mais la peau est aussi la limite du corps tout entier, la limite de l'espace psychique de chacun de nous.

Les psychologues l'affirment : les personnes qui consultent et souffrent souvent d'affections de la peau ont généralement des difficultés à assurer leurs propres limites psychiques. Ils ont du mal à définir leurs frontières entre la réalité et leur idéal, entre ce qui dépend d'eux et ce qui dépend de l'autre, ils présentent une confusion des expériences agréables et douloureuses, une angoisse face au désir sexuel, un sentiment de ne pas habiter sa vie, de voir fonctionner son corps et sa pensée du dehors, d'être le spectateur de sa propre existence. (VN mars 2006)

" VOS PENSEES SONT POSITIVES "

Lorsque nous avons des soucis et que des problèmes nous assaillent tous les jours, nous savons qu'il est difficile d'échapper aux idées noires et aux pensées négatives.

Celles-ci remontent toujours à la surface et, quoique nous fassions, il semble que nous ne puissions pas leur échapper. Et c'est un véritable cercle vicieux qui se déclenche car plus nous pensons à nos problèmes et plus il nous semble difficile de leur trouver une solution. Nous créons donc de cette manière un terrain de plus en plus négatif qui ne fait qu'accroître nos soucis et nous empêche de réagir d'une manière positive pour trouver des solutions à nos problèmes.

Il faut donc changer votre état d'esprit et vous dégager de ces pensées qui vous angoissent et vous paralysent.

vous devez absolument éviter de vous enfermer dans ce processus néfaste qui ne vous apporte que des ennuis.

Vous allez, au début, devoir faire un effort important pour vous en libérer mais rapidement vous verrez qu'un nouveau mécanisme de pensées va vous permettre de trouver dans chacun des événements qui surviennent, un aspect positif que vous allez mettre en avant. Vous devez trouver, à chaque fois, le bon côté des choses même si cela vous semble difficile à admettre au début.

Je vous assure que cela est possible et que vous arriverez à créer un automatisme qui vous permettra de trouver des pensées de plus en plus positives qui élimineront, petit à petit, leurs côtés sombres et négatifs.

C'est une " seconde nature " qui va ainsi prendre la place de cet état d'esprit ancien et qui va vous redonner confiance et foi en l'avenir.