

5 ASTUCES POUR GARDER CONFIANCE EN VOUS



1. Dire Merci

La première chose à faire le matin en vous levant, c'est être reconnaissant !
Dites MERCI à la vie, à l'Univers, peu importe vos croyances, remerciez ce qui fait résonance en vous !

2. Attention à votre posture

Si vous commencez votre journée le dos courbé en avant et les épaules basses, il y a de fortes chances que vous n'attiriez pas ce que vous désirez !
Au contraire, ayez confiance en vous, croyez en vous et en ce que vous faites !

Bombez le torse, tenez votre tête bien droite, regardez vous dans votre miroir et dites :

" je suis fort(e), j'ai confiance en moi et en ce que je fais, aujourd'hui va être une excellente journée".

Je vous assure que cela change tout !

3. Souriez

Avez-vous envie de parler à des personnes qui font "la gueule" ? Moi non !
Quoi de plus facile qu'un sourire ? en plus, cela ne coûte rien, c'est contagieux et cela vous mettra de bonne humeur !

C'est sûr que si vous faites la tête, ne vous attendez pas à ce que les gens sourient autour de vous !

Les personnes que nous côtoyons, sont nos miroirs, donc si quelque chose ne vous plaît pas chez quelqu'un, c'est ce que vous avez à changer chez vous !
Soyez attentifs !

Et n'oubliez pas : **"Nous récoltons ce que nous semons"** alors semez de belles choses !

4. Demandez

C'est tellement facile de "demander" et pourtant, très peu de personnes le font ou seulement quand elles sont dans des situations difficiles.

Demandez à vos guides, à l'Univers de vous aider, on peut tout leur demander. Sachez qu'ils sont à notre disposition, et si nous ne demandons pas, ils ne feront rien ! Bien sûr, les choses ne vont peut-être pas se réaliser dans la minute qui suit, et peut-être seulement quelques mois plus tard, selon vos demandes.

Mais soyez sûrs que vos messages sont entendus ! Leur seul but est que vous soyez heureux !

5. Appréciez les petits bonheurs de la vie

Souvent, nous croyons que pour être heureux, il faut, être riche, avoir une belle maison etc....mais ce n'est pas l'essentiel, il vous faut déjà apprécier les petites choses de la vie, tels un magnifique ciel bleu, des sommets enneigés, le sourire de votre enfant etc....

Commencez par le début, si vous n'appréciez pas tout ceci, comment voulez vous apprécier le reste ?

Avant de vouloir toutes ces belles choses, êtes-vous prêts à les recevoir ?

Etes-vous sûrs que certaines croyances n'empêchent pas le bonheur de frapper à votre porte ? Réfléchissez-y.

Je vous proposerai d'autres pistes de réflexion, d'autres astuces pour améliorer votre vie au naturel.

Suivez-moi sur ma page facebook et vous resterez informé des nouveautés !

<https://voussoignerautrement.com/>

Page facebook : voussoignerautrement