

Il en faut peu pour être heureux

Peut-être ça vous fait penser à une chanson, mais c'est la base de la vie aussi.

Nous avons notre âme qui se suffit à elle-même, en vibrant la joie ici et maintenant.

Et nous avons notre mental, qui veut être meilleur que le voisin, qui veut plus que ce qu'il a, qui se dit qu'il sera heureux quand il aura...

Tel le gamin devant le sapin de Noël...

Éternel insatisfait !

Parce que le mental, il est comme ça.

Il se dit je ne suis pas heureux avec ce que j'ai, mais je serai heureux quand j'aurai...

Et les marketeurs l'ont très bien compris avec leurs arguments « devenez la meilleure version de vous-même », par exemple.

Parce que votre mental se dit : « mince alors il me dit que je suis pas heureux ici, c'est normal puisque je peux avoir plus... »

« Alors je vais payer sa formation, son stage, son séminaire, parce que après, je serais heureux au moins ! »

Et c'est ainsi que Stéphane Bride-Bonnot récupère des clients qui font du travail sur eux-mêmes depuis 20 ans ou 30 ans, et qui sont toujours à la case départ.

Parce-que en fait nous sommes complets. Nous avons tout en nous pour être heureux ici et maintenant.

La seule clé pour que ça fonctionne, c'est l'accepter, point.