

S'accepter comme on est

Nul n'est parfait et nul n'a l'obligation de l'être. Soyez doux et compréhensif avec vous-même. Vous le serez avec les autres. Soyez serein. Au saut du lit, la première chose à faire est de vous regarder dans la glace. Faites-vous un large sourire, même si vous n'avez pas encore mis vos prothèses dentaires. Regardez la tête que vous avez ! Faites-vous une grimace, moquez-vous de vous-même, tirez la langue, regardez vos cheveux en broussaille, vos yeux boursoufflés... Dites-vous bien que le visage que vous voyez est le vôtre, c'est le même que vous allez montrer à des centaines de personnes que vous croiserez durant la journée. Acceptez et aimez ce visage car c'est le vôtre. Rien ne peut le changer. Vous n'êtes pas Mel Gibson ni Claudia Scheffer, et après (C'est dommage peut-être, je vous l'accorde, mais c'est ainsi, et puis après...)

About the Author

Marcel Bédiveau <http://www.etre-libre.com/>

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)