

Pierre Ébert comédien – auteur - / Psycho / Philo / Santé /
Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, Québec. Canada. J0T1L0



Les Couleurs : "Le Langage de nos Sentiments."

J'ai toujours considéré...

- la **Satisfaction** comme une vraie " Pilule " et **L'Insatisfaction** comme " un vrai Poison nocif"

La SATISFACTION, code vert la seule pilule qui puisse me garantir 24 heures sur 24 une Quiétude d'Esprit et une attitude positive sans bornes

La seule pilule qui puisse m'aider à maintenir le Pouls émotionnel de mon moral en santé, en équilibre..., et, de pouvoir gérer le Rythme et le Tempo de ma santé mentale, physique et sexuelle..., et , de m'éveiller de Bonne humeur à chaque matin sans avoir à me soucier d'hier, d'aujourd'hui ni de demain et jouir d'une belle qualité de vie.

L'INSATISFACTION, code jaune, un Poison. Un Poison nocif à l'intérieur duquel s'y cachent 4 Cellules malsaines:

- L'Angoisse. L'Anxiété. Le Stress. La Frustration.

Cellules qui peuvent me conduire vers:

- le Labyrinthe de la déprime, le Gouffre de la dépression, les Ténèbres du désespoir et, dans un Cul de sac pour un SUICIDE.

Cellules qui peuvent mettre en Péril ma Quiétude d'Esprit, ma Bonne Humeur, mes Santé et ma Qualité de Vie.

Ma logique, c'est...

Pas de Satisfaction, pas de quiétude d'Esprit
*Pas de quiétude d'Esprit, pas d'équilibre
Pas d'équilibre, pas de moral
Pas de moral, pas d'attitude positive
Pas d'attitude positive, pas de santé
Pas de santé, pas d'aisance
Pas d'aisance, pas de qualité de vie.*

Je n'ai jamais entendu parler qu'il y ait quelque part sur l'un des continents de notre Planète une seule Pilule, une seule Drogue, un seul Médicament ou un seul Produit naturel qui contienne autant de vitamines et d'ingrédients que la **Pilule de Satisfaction**.

À l'intérieur de ma Pilule de Satisfaction j'y trouve trois sources principales d'énergies.

- élans de vitalité, optimisme, résilience.

Sans ma Pilule de Satisfaction je risque de mettre en Péril...

- ma quiétude d'Esprit
- l'équilibre du Pouls émotionnel de mon moral
- les biens faits de mon Système immunitaire
- mon estime de Soi
- mon autonomie
- mes sens
- ma maturité, sagesse, lucidité et sérénité
- mes plaisirs, et mes bonheurs accumulés
- ma libido
- ma qualité de vie

SI TOUT LE MONDE PRENAIT SA DOSE QUOTIDIENNE DE SATISFACTION:

Il y a de fortes chances qu'on ne parlerait plus:

- de pénurie de médecins et d'engorgement dans les salles d'urgence
- du manque de personnel pour les soins de santé
- d'un besoin d'agrandir les hôpitaux
- des nombreux abonnés au comptoir des prescriptions des pharmaciens 365 jours par année
- de personnes insatisfaites, frustrées et malheureuses
- de SUICIDE

CODE JAUNE:

Si l'on n'arrive pas à s'offrir le plaisir, le luxe de s'endormir et de s'éveiller de Bonne
Humeur à chaque matin.
C'est qu'on a un sérieux problème d'**insatisfaction**.
Sauf que!
Ce n'est pas le problème qui est le problème.
Le problème
C'est de ne pas le régler

Se faire du mal! Ça ne fait pas de bien! / **Se faire du bien! Ça ne fait pas mal!**

Rien n'est plus exténuant que de subir "le Mal du Pis tourne d'un bord Pis tourne de l'autre de L'ANGOISSE (code gris) et de se retrouver au petit matin avec l'ANXIÉTÉ (code mauve) qui ne manque jamais de nous faire RUMINER... la Peur d'hier, la peur d'aujourd'hui et la peur de demain "Qui rumine, se ruine."

Heureux ou Malheureux! Est-ce un choix?
Entrée

Commentaires et/ou Suggestions
par courriel ou sur Facebook

Tous droits réservés : Heureux ou Malheureux est-ce un choix ? © 1980. Logo © 1995. Site Web © 2007.
Être ou ne pas Être en Santé ! Est-ce un choix ? © 2007 Site Web © 2011.