

MERIFG

Soyez admirable et heureux

Ce livre a été publié sur www.bookelis.com

ISBN :

© Meri FG

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction,
intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre.

Introduction

« On apprend l'eau par la soif.
La Terre – par les Océans traversés.
La Jubilation – par les affres –
La Paix, par le récit des batailles –
L'Amour, par l'humus de la tombe –
Les Oiseaux, par la neige. »

Emily Dickinson

Si je pouvais en toute humilité rajouter un dernier vers à ce magnifique poème ça serait :

« **Le Bonheur, par la bienveillance.** »

Chers lecteurs, si comme tout être-humain vous aspirez au bonheur, vous le recherchez ardemment ou vous souhaitez le maintenir en vie, si vous méditez sur la question ou si le bonheur vous semble abstrait et inaccessible, vous avez probablement choisi le bon livre, en effet cet essai va non seulement vous permettre d'être plus heureux mais aussi de devenir « **la meilleure version de vous-même** » une personne admirable et aimée de tous !

Je ne suis ni magicienne, ni dealer de drogue, ni même psychanalyste, mais je maîtrise au mieux l'art du savoir être, d'autre part je suis fascinée par les mots et leur pouvoir sur le cerveau. Je prône le pacifisme ; je cultive la neutralité ; je ne suis ni de gauche ni de droite ; je tolère les impulsifs et je dompte les hautains ainsi je vois ce qu'il y'a de meilleur en chacun, bref je suis une grande passionnée « des autres » les autres c'est « vous » et j'aimerais partager ce livre avec vous, comme deux bons amis partageraient des idées autour d'un café. Ce qui est le plus merveilleux c'est que ce livre a grandi tel un enfant, tout au long de son écriture, ça a duré six mois, j'avais une idée de départ et puis je me suis retrouvée noyée dans un océan d'inspiration : l'actualité du moment mais aussi tous les instants partagés avec les autres, les témoignages des gens, leurs avis et leur soutien, bref ce livre prend tout son sens car il m'a rendue encore plus « heureuse », en effet j'ai vécu des moments intenses en émotions, j'ai eu des retours plus qu'encourageants et cela m'a permis de vous livrer un récit authentique, je dirai même sans prétention aucune (haute couture) afin de vous permettre de faire le