

Vos zones erronées

Techniques simple et efficaces pour prendre en main
les schémas malsains de votre comportement

Dr Wayne Dyer



Vos zones erronées vous montrera à quel point vous êtes heureux - ou malheureux - et, dans ce dernier cas, comment y remédier.

- ° Êtes-vous inquiet de ce que pensent de vous l'homme ou la femme de votre vie, votre patron, vos parents, vos beaux-parents ?
- ° Avez-vous peur de vous présenter à des étrangers au cours d'une réception, de commander un plat nouveau dans un restaurant, d'essayer une nouvelle profession ou de vous associer avec un nouveau partenaire ?
- ° Répondez-vous «oui» aux choses ou aux gens parce que c'est ce qu'il est «convenable» de faire, même quand vous avez envie de dire «non» ?
- ° Avez-vous peur de perdre votre emploi, de divorcer, de l'inflation, de la mort ?
- ° Vous sentez-vous coupable de vos fantasmes ou de vos comportements sexuels ?
- ° Recherchez-vous une équation personnelle entre ce que vous êtes et ce que vous faites, et la manière dont vous le faites ?
- ° Êtes-vous jaloux des relations que votre mari, votre femme, votre amant ou votre maîtresse entretient avec les autres ?
- ° Avez-vous peur de jouer au tennis, d'apprendre à skier, parce que vous craignez de ne pas performer ?
- ° Évitez-vous de pratiquer certaines activités parce que vous craignez qu'elles ne vous fassent paraître peu viril ou peu féminine ?
- ° Êtes-vous mécontent de votre physique, de votre intelligence, de votre réussite professionnelle, de vos rapports avec l'autre sexe ?

Si vous répondez oui à n'importe laquelle de ces questions, vous avez des zones erronées - de légères altérations de la personnalité qui vous rendent malheureux. Un célèbre psychologue vous enseigne ici comment identifier ces zones et les éliminer à tout jamais afin de vous sentir bien dans votre peau.