

La JOIE de vivre...

www.lesproductionsyvanpoirier.com



C'est quoi au juste la JOIE?

La **JOIE** est aussi une émotion exprimant le sentiment d'exaltation agréable et profonde.

C'est profiter au maximum du **BONHEUR** que nous vivons durant un moment où nous nous délectons d'une **JOIE INTENSE** qui nous fait apprécier cet instant unique.

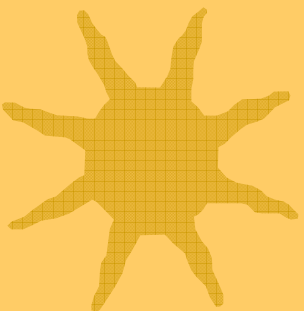
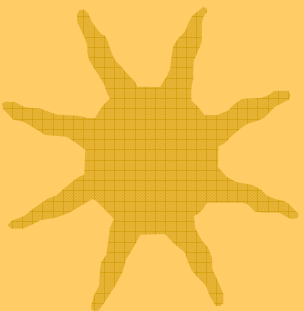
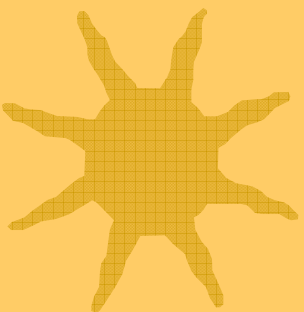


Comment arrive t'on à vivre la JOIE (1 de 2)

- S'aimer soi-même afin de mieux aimer autrui
- Vivre le moment présent
- Éviter de côtoyer des gens moroses qui ne génèrent pas de joie de vivre
- Faire ce que l'on aime
- Donner et recevoir de l'affection
- Être et demeurer en santé



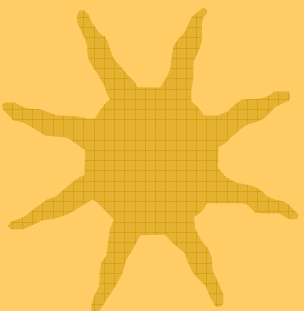
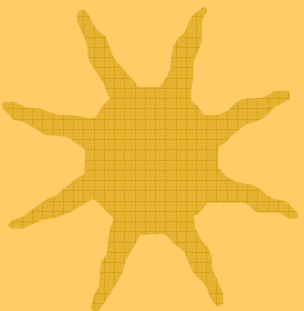
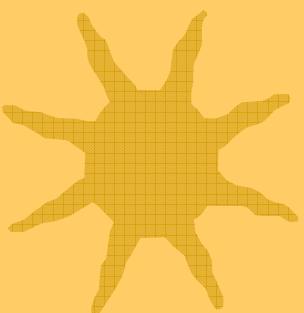
Comment arrive t'on à vivre la JOIE (2 de 2)



- S'offrir et d'offrir des cadeaux aux gens que nous apprécions
- Profiter au maximum des activités qui nous passionnent
- Avoir le sens de l'humour
- Voyager pour mieux se cultiver et se faire plaisir
- Lire de bons bouquins et regarder des films qui ouvrent notre esprit
- C'est jouer avec nos enfants ou petits enfants
- C'est se mêler de nos affaires



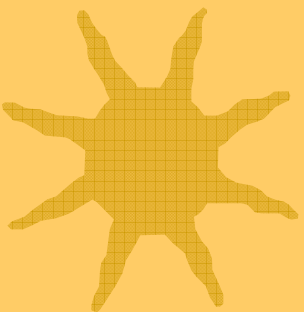
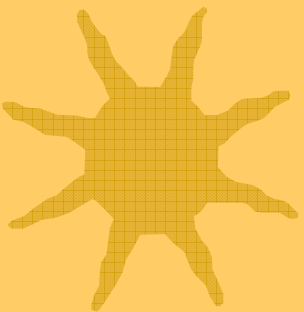
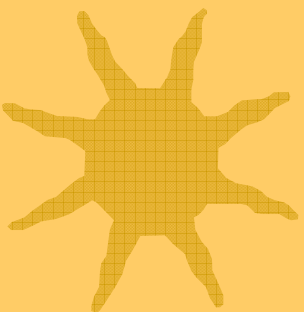
S'aimer soi-même...



- Ouvrir son cœur à la vie
- Estime de soi
- Confiance en soi
- Authenticité
- Maturité et sagesse d'esprit
- Respect de soi-même et des autres
- Discernement
- Simplicité
- Humilité
- Plénitude
- Savoir-vivre
- S'accepter et se reconnaître comme on EST



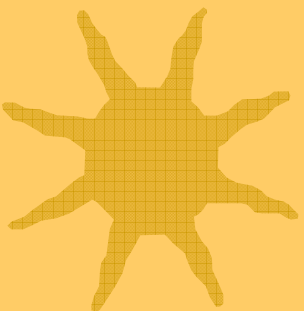
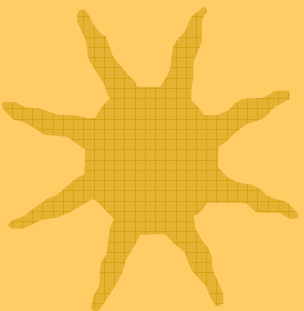
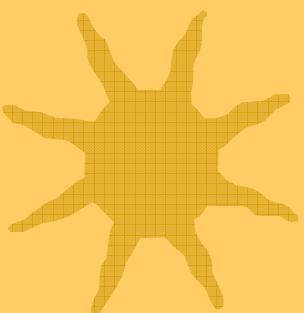
C'est quoi ouvrir son CŒUR à la JOIE? (1 de 2)



- C'est avoir de la compassion pour les plus démunis ou les situations funestes et les catastrophes immondes
- C'est avoir une ouverture d'esprit sur l'invisible en soi
- C'est être détaché du matériel
- C'est aimer inconditionnellement
- C'est vivre une spiritualité sans être un otage des concepts religieux moralisateurs
- C'est avoir l'espoir que chacun des humains puissent un jour s'aimer les uns les autres



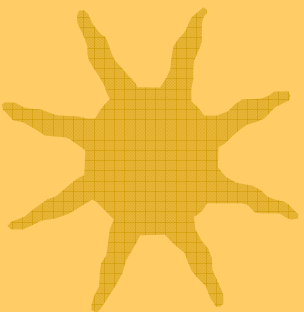
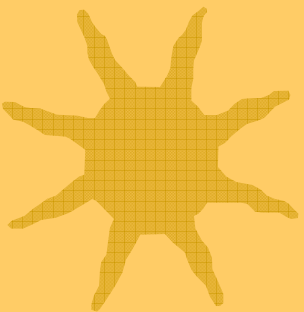
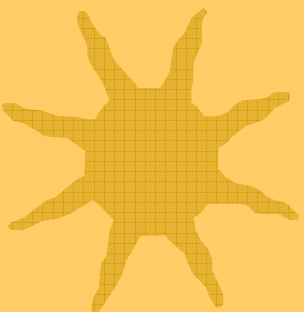
C'est quoi ouvrir son CŒUR à la joie? (2 de 2)



- C'est partager ce que nous avons de meilleur avec les autres
- C'est croire en un être supérieur, sans en douter d'un iota
- C'est percevoir au loin la paix dans le monde
- C'est mettre de côté la rancune, la colère et l'arrogance
- C'est ne pas se décourager
- C'est pleurer afin d'épurer ce que nous souhaitons changer dans notre for intérieur



S'offrir des moyens intelligents de vivre dans la JOIE... (1 de 2)



- Dire ce que nous pensons afin d'éviter de la frustration qui peut générer en colère ou en rage
- Rencontrer des personnes qui partagent notre vision
- Avoir la **FOI** en nos croyances profondes
- Éviter toutes formes de stress inutiles
- Respecter nos limites
- Apprendre à dire NON
- Se donner du temps pour **RÊVER**

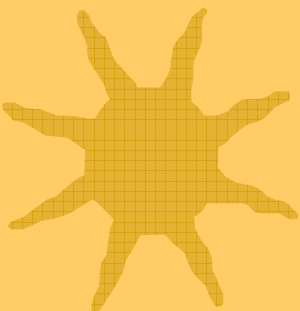
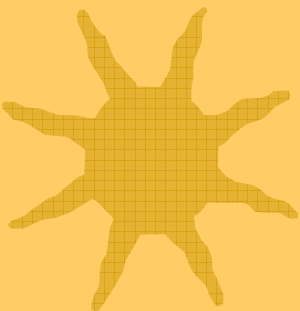
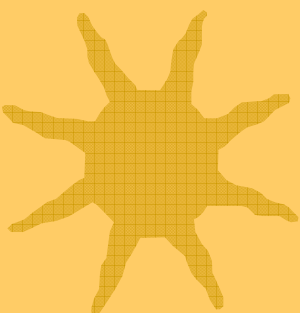


S'offrir des moyens intelligents de vivre dans la JOIE... (2 de 2)

- Ne pas se prendre au sérieux
- Bien s'alimenter et bien dormir
- Apprendre à se détacher
- Se reconnaître
- Comprendre que nous sommes différents
- Travailler sur nos peurs et insécurités
- Ne pas se culpabiliser, et encore moins culpabiliser les autres



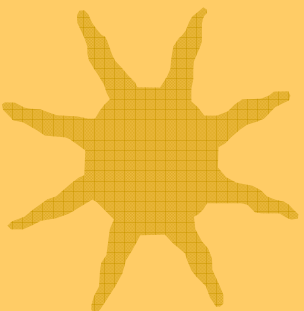
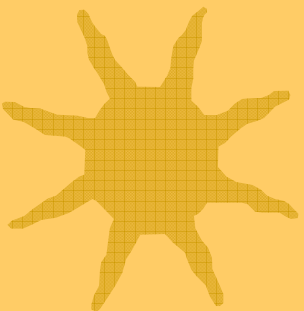
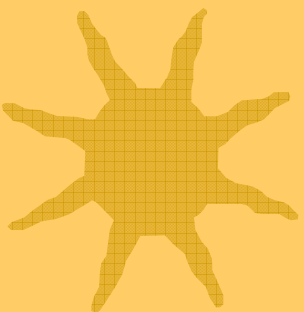
Avoir de la JOIE dans son Cœur... (1 de 2)



- C'est pardonner et se pardonner
- C'est être généreux tout en ayant du discernement
- C'est contrecarrer les attentes par un lâcher prise sur les retours possibles
- C'est considérer que rien n'est jamais acquis
- C'est avoir une vision claire de nos objectifs
- C'est lâcher prise sur les banalités qui nous exaspèrent, qui nous rendent impatients
- C'est cesser de croire naïvement en prenant le temps de réfléchir



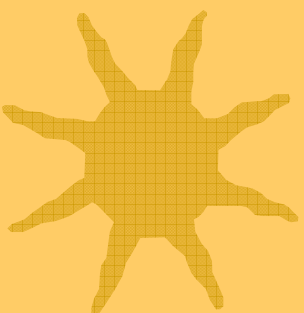
Aimer avec son cœur... (2 de 2)



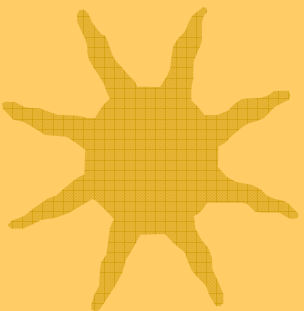
- C'est cesser de vouloir avoir le contrôle ou avoir raison
- C'est savoir apprécier
- C'est exprimer de la douceur autant par les gestes que les mots
- C'est faire ce que l'on aime
- C'est avoir la Paix dans son cœur, sans chagrin ou rancune
- C'est devenir son propre maître



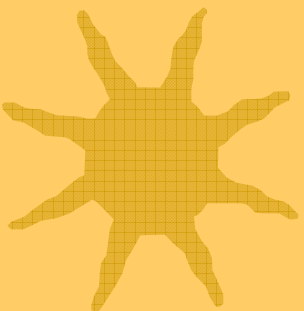
Avoir de la JOIE dans son Cœur... (1 de 2)



1. La JOIE de savoir que nous faisons partie d'une famille que nous aimons et qui nous aime.



2. La JOIE de réaliser que nous sommes encadrés et entourés d'êtres merveilleux.

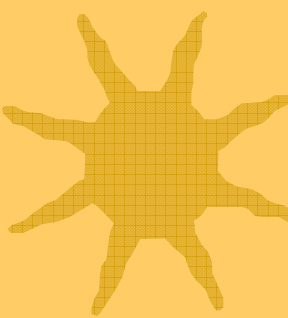
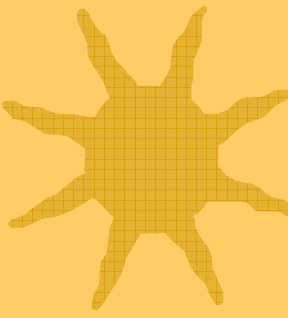
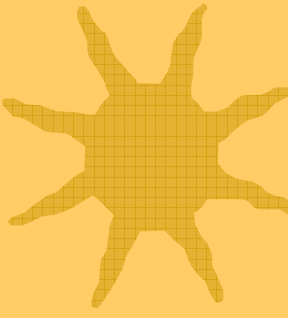


3. La JOIE d'apprécier que nous sommes en bonne santé à tous les niveaux.

4. La JOIE de constater que nous ne sommes jamais seuls...

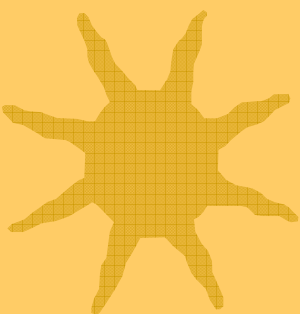


Avoir de la JOIE dans son Cœur... (1 de 2)

- 
- 
- 
5. La JOIE de vivre de plus en plus dans la paix et dans l'harmonie...
 6. La JOIE de réaliser que nos changements d'attitudes et de comportements jadis inappropriés sont sur le point de transcender nos problèmes et nos résistances.
 7. La JOIE de constater que nos blessures anciennes ne font partie que du passé et que nous tentons de vivre le moment présent.
 8. La JOIE de conscientiser que nous avons autant d'abondance affective que matérielle...



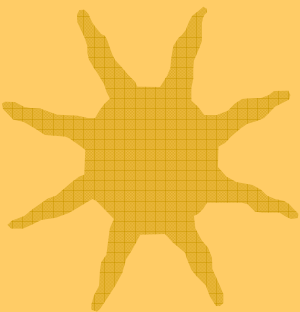
Se servir des LOIS d'attractions...



1. La volonté

2. L'intelligence

3. L'amour

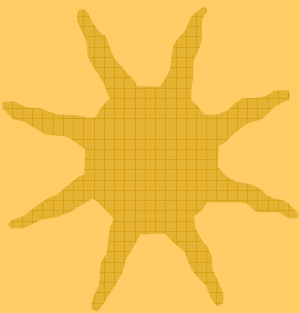


4. Le pardon

5. La compassion

6. L'intention

7. Savoir DONNER



8. Changer votre façon de penser

9. Reconnaître QUI vous êtes



Des citations... (1 de 2)

L'espérance d'une joie est presque égale à la JOIE.

William Shakespeare

Être capable de trouver sa JOIE dans la JOIE de l'autre : voilà le secret du bonheur.

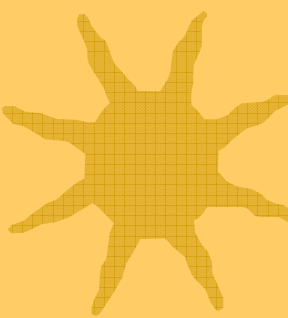
Georges Bernanos

La JOIE, dans l'âme, plus belle que toutes les JOIES.

Yves Thériault

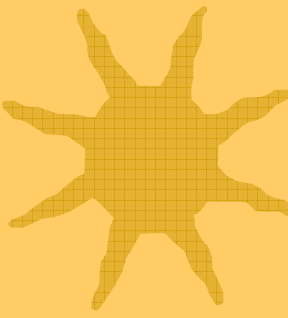


Des citations... (2 de 2)



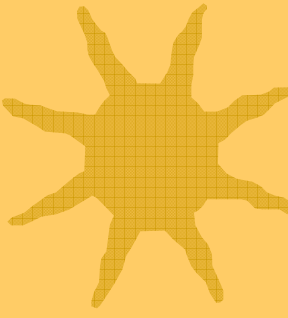
C'est le rôle essentiel du professeur d'éveiller la JOIE de travailler et de connaître.

Albert Einstein



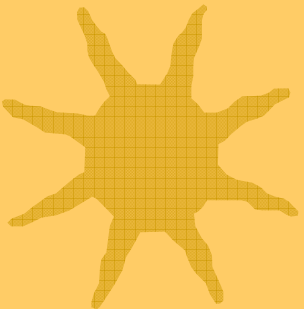
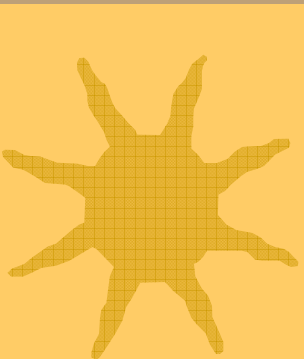
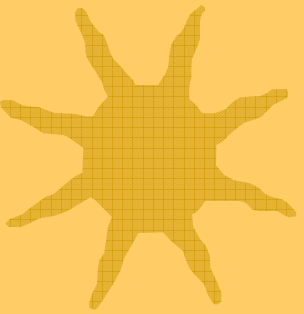
Quelle JOIE intense de se trouver près à vivre un BONHEUR qui fera exploser en nous un bien-être sans pareil.

Yvan Poirier



La JOIE est en TOUT; il faut savoir l'extraire.

Confucius



La JOIE de vivre...

www.lesproductionsyvanpoirier.com