



# L'influence dans ce que nous **DISONNS** et **PENSONS...**



# Ce qui fait involuer la conscience dans ce que l'on dit et pense?

- Jalousie
- Colère
- Tristesse et le regret
- Manipulation
- Manque de respect
- Frustration
- Arrogance
- Violence
- Culpabilité



# L'influence dans ce que nous pensons...

- Se saboter par des pensées négatives
- Se penser inférieur ou supérieur
- Juger selon les apparences
- Penser que nous avons toujours raison
- Penser que nous ne pouvons réussir
- Penser que tout le monde nous doit tout
- Penser que personne nous aime



# L'influence dans ce que nous disons...

- Dire que nous sommes minuscules ou autres
- Déblatérer sur autrui
- Porter des jugements téméraires
- Mentir
- Dire des bêtises ou des méchancetés
- Avancer de mauvaises informations
- Faire de faux témoignages



# Voyons, comment appliquer une pensée et une parole justes...

- Cesser de croire par ce que nous entendons;  
vibrons plutôt
- Cesser de vouloir avoir le contrôle ou avoir  
raison
- Savoir apprécier
- Exprimer de la douceur
- Faire ce que l'on aime



# Comment faire évoluer sa parole et sa pensée au quotidien? (1 de 4)

- Vivre le plus possible le moment présent, et ce, sans angoisse ni peur
- Prendre tous les moyens afin de guérir le plus tôt possible nos blessures psychologiques
- Quand vous dites à quelqu'un que vous l'aimez, faites-le toujours avec votre Cœur
- Essayer en tout temps d'appliquer ce que vous connaissez et dites avec tout votre Cœur



# Comment faire évoluer sa parole et sa pensée au quotidien? (2 de 4)

- Faire en sorte que nos connaissances ne se cristallisent pas dans le sectarisme
- Ne jamais considérer qu'un concept représente une «Vérité absolue»; laisser plutôt place à l'évolution possible du concept
- Être attentif à nos paroles, notre façon de nous adresser aux autres afin de ne pas les blesser par des propos inappropriés
- Donner nos propres opinions face à ce que nous pensons sans les imposer
- Ne pas exiger des autres ce que nous n'appliquons pas nous-mêmes



# Comment faire évoluer sa parole et sa pensée au quotidien? (3 de 4)

- Demeurer le plus possible consciencieux autant au travail que dans nos activités
- Éviter toutes formes de querelles, chicanes ou inconforts afin de ne pas s'enliser dans la tristesse et le regret
- Ne jamais se sentir médiocre, accepter plutôt que nous ne pouvons tout connaître
- Écrire nos sentiments, nos pensées profondes
- Mettre fin à nos dualités sans attendre inutilement



# Comment faire évoluer sa parole et sa pensée au quotidien? (4 de 4)

- Supprimer de nos comportements toutes formes de violence verbale ou physique
- Essayer de nous intéresser sur plusieurs sujets de société comme la santé, la politique, l'histoire, les voyages, etc.
- Choyer les gens que nous aimons
- Pleurer sans crainte de se faire juger
- Prier ou méditer afin de maintenir une spiritualité consciente sans la dogmatiser



## Voyons, comment appliquer au quotidien une pensée et une parole créatrices?

- L'épuration de ses défauts ou failles
- Le pardon
- La générosité
- Contrecarrer les attentes
- Considérer que rien n'est acquis
- Vision claire de nos objectifs
- Lâcher prise sur les banalités



# Ce que nous devons faire pour changer notre attitude?

- Dire ce que nous pensons avec discernement
- Parler avec douceur
- Essayer de comprendre en écoutant
- Synergiser avec les gens que nous aimons
- Changer notre pensée lorsque nous pensons négativement



# Croire en soi...

- Je jamais se penser victime
- Côtayer des gens avec qui nous vibrons
- Être authentique
- Lâcher prise sur le fait de vouloir avoir raison
- Exprimer sincèrement nos sentiments
- Admirer, apprécier et reconnaître les gens comme ils sont
- Se faire un devoir de ne jamais laisser tomber



# L'influence dans ce que nous **DISONS** et **PENSONS...**