

Les principes
fondamentaux du
« Savoir vivre »

Qu'est-ce que le SAVOIR-VIVRE?

C'est vivre selon les normes personnelles que nous nous imposons dans l'objectif d'aimer, de respecter et d'accomplir ce que souhaitons réaliser pour nous-mêmes et pour autrui par la suite.

Savoir-faire

- Comprendre et respecter les lois et les normes que nous devons suivre dans la société
- De dire au bon moment les choses que nous pensons intelligentes de formuler sans vexer
- Écouter simplement avec respect
- Pardonner peu importe les situations
- Accepter que nous pouvons nous tromper
- Donner la chance de rebâtir peu importe l'erreur
- Apprendre à nous mêler de nos affaires

Savoir se détacher

- Comprendre que nous ne pouvons pas contrôler la vie d'autrui et de les laisser vivre
- Considérer que nous pouvons posséder du matériel, mais que celle-ci ne nous possède point
- Démontrer un amour inconditionnel en laissant libre les gens que nous aimons
- Observer au cours de notre vie que nous devons nous détacher des gens ou des événements sans remord de conscience
- Se détacher, c'est faire un geste d'humilité qui va permettre de démontrer notre respect et notre amour

Savoir faire confiance

- Discerner que nous pouvons nous tromper et que nous pouvons aussi lâcher-prise
- Se donner la chance que nous pouvons obtenir de l'aide comme nous pouvons le faire aussi pour les autres
- Comprendre qu'il a autant de bonnes personnes que nous
- Si nous faisons une erreur, nous apprendrons à mieux discerner par la suite

Savoir discerner

- Regarder sous le plus angles possibles ce que nous devons décider
- Différencier ce que nous voulons ou nous ne voulons pas
- Accepter qu'on puisse faire une erreur sans se culpabiliser
- Apprendre à faire la part des choses peu importe les résultats obtenus
- Reconnaître que nous possédons en nous une intuition qui nous guide
- Prendre le temps qu'il faut pour étudier raisonnablement ce que nous désirons

Savoir pardonner

- Comprendre que nous devons nous libérer d'une charge émotive qui ne doit plus nous habiter
- Se guérir d'une offense que nous ne nous attendions pas qu'une personne nous fasse
- Réaliser que nous serions heureux de se faire pardonner à notre tour
- Avoir la compassion qu'il se doit à l'égard de la personne concernée
- Faire un geste d'humilité qui nous libérera de la rancune et peut-être d'une colère qui envenime notre santé
- Qu'on ne peut juger quiconque
- Que tôt ou tard nous ferons face à une décision que nous devons prendre si nous voulons pardonner

Savoir se pardonner

- Cesser de se culpabiliser
- Ne plus recommencer les mêmes offenses envers soi-même et autrui
- Retrouver la paix intérieure
- Discerner que nous avons droit à l'erreur et que nous faisons notre possible
- Que cela va changer notre vie
- Que nous guérirons de charges émotionnelles que nous nous sommes mis sur les épaules
- Se redonner la chance de recommencer à neuf

Savoir recevoir

- Comprendre que nous pouvons donner, mais aussi recevoir tout autant
- Accueillir avec humilité les commentaires positifs ou les éloges des gens qui nous reconnaissent et nous aiment
- Ressentir et apprécier la sincérité de ce qui nous est offert
- Comprendre que les gens nous aiment en fonction de ce que nous sommes et non en fonction de ce nous paraissions
- Éliminer de nos pensées que les gens veulent nous acheter quand ils nous offrent un présent
- Pas avoir d'attentes
- Accepter de nous faire dire qu'on nous aime

Savoir apprécier

- Réaliser que l'appréciation représente un des plus précieux gestes dans notre vie à faire pour soi et les autres
- Avoir de la gratitude envers les gens qui sont généreux de leur personne
- Observer la sincérité des gens lorsque nous recevons de l'appréciation
- Apprécier les gens peu importe leur couleur ou leur culture
- Goûter intensément le moment présent
- Ressentir au fond de soi un moment où nous apprécions tout ceux qui nous entourent et ce que nous possédons
- Ne pas craindre de démontrer de l'appréciation vis-à-vis ce qu'on accompli pour vous, faites-en tout autant pour autrui

Savoir doser

- Prendre le temps qu'il faut pour doser notre façon de réagir lors des moments pénibles et parfois trop émotifs
- Répartir équitablement ce que nous voulons réaliser dans notre vie en fonction de nos priorités
- Doser la façon que nous prenons dans ce que nous jugeons de convenable ou pas
- Respecter les gens dans leur façon de doser, chacun possède sa façon de faire et de réagir face à une situation quelconque
- Donner la chance et le temps aux personnes qui ne possèdent pas les mêmes réflexions ou pensées que nous
- Apprendre à réaliser que nous sommes simplement différents et que nous pouvons apprendre de tous

Savoir s'entourer

- Reconnaître et faire du ménage dans nos connaissances, discerner les gens qui nous respectent de ceux qui nous manquent de respect
- Prendre les moyens pour écarter les personnes qui tentent de soutirer notre énergie
- Passer du temps, sortir, nous amuser avec les personnes avec lesquelles nous vibrons et nous nous sentons bien
- Déterminer ce que nous désirons et nous ne voulons pas dans nos relations
- Équilibrer et doser le temps que nous consacrons sans perdre d'énergie
- Apprendre à donner et à recevoir de ces personnes

Savoir donner son opinion

- Apprendre à prendre sa place n'importe où sans imposer nos pensées et réflexions
- Ne jamais prendre la place ou parler pour les autres peu importe où nous sommes et avec qui nous sommes
- Parler le plus possible avec votre cœur
- Ne juger jamais l'opinion d'autrui; elle peut être une connaissance que vous n'avez point
- Ne pas craindre de donner son opinion franche sans froisser personne
- Ouvrir continuellement son esprit au nouveau

Savoir penser

- Réaliser que nos pensées ne sont pas toujours le reflet de nos propres réflexions
- Apprendre à discerner que nous devons éviter de penser négativement, car la pensée s'imprègne en fonction de nos réflexions
- Éviter de réagir aux pensées des autres qui ne rejoignent pas les nôtres, les respecter dans leur réflexion
- Réaliser que la pensée est le fruit d'autres pensées, de nos propres pensées et de nouvelles pensées

Savoir-faire

- Discerner que nous ne pouvons pas dire n'importe quoi à n'importe qui comme ça
- Prendre le temps de doser notre réflexion avant de dire quoi que ce soit
- Considérer qu'il y a des moments précis pour dire des choses, avoir du jugement et du discernement
- Améliorer notre façon de communiquer si nous voulons être compris afin de ne pas être mal interprété
- Apprendre à dire et partager nos opinions avec simplicité
- Démontrer de la gratitude et du respect face aux personnes avant de vous ouvrir la bouche pour parler
- Considérer qu'il est important de donner son opinion; mais il faut s'assurer que celle-ci n'a pas pour but de détruire ou de blesser quiconque

Savoir reconnaître et se reconnaître

- Admettre que nous avons des qualités, des forces et que nous pouvons aussi avoir des failles ou même des défauts
- Reconnaître que nous sommes capables de réaliser des choses parfois au-delà de nos attentes ou visions
- Apprendre à reconnaître que nous sommes efficaces et efficients en fonction de nos capacités et que nous faisons notre possible
- Savoir reconnaître les autres à leur juste valeur, si on veut qu'on le soit aussi
- Considérer la reconnaissance comme étant un excellent moyen de se faire aimer; sans être un profiteur
- Donner de la reconnaissance aux gens à chaque fois que nous le pensons; surtout ne jamais hésiter
- Regarder la reconnaissance témoignée comme étant un outil pédagogique qui permet de garder de saines relations peu importe le niveau
- Savoir dire MERCI peu importe les circonstances ou les événements

Savoir aimer

- S'accepter soi-même comme tel
- Savoir aimer avec tout son cœur et sans attentes
- Accepter autrui peu importe leurs qualités ou défauts
- Avoir de la compassion et de la compréhension vis-à-vis les situations
- Donner une 2^e chance
- Permettre aux autres de nous guider
- Lâcher-prise sur le fait de vouloir contrôler ou avoir raison
- Se donner le privilège d'aimer la contrepartie divine que nous avons en dedans en fonction de notre FOI intérieure
- Pardonner et se pardonner de toutes offenses afin de ne pas se laisser envahir par la culpabilité, la haine, la vengeance ou la rancune

Savoir ouvrir son coeur


- Savoir pardonner quand le moment est venu, et ce, avec détachement et amour inconditionnel
- Reconnaître que nous pouvons faillir et que nous pouvons tout autant nous améliorer et recommencer à nouveau
- Nous pouvons apprendre de quiconque, peu importe l'âge ou la culture
- D'éliminer de nos pensées que rien n'est impossible car tout est possible pour celui qui a la FOI
- Avoir de la compassion dans les situations où nous ne pouvons guère faire quoi que ce soit
- Comprendre essentiellement que nous ne pouvons ouvrir son cœur à n'importe qui pour n'importe quoi, savoir doser

Savoir prier

- Comprendre qu'il est essentiel de prier pour soi avant tout et pour autrui ensuite
- Prioriser nos besoins en fonction de ce qu'il est nécessaire pour nous
- Prier pour s'améliorer, changer nos mauvaises habitudes pour de bonnes
- Faire en sorte que nous n'imposons pas notre façon de voir la spiritualité comme étant parfaite
- Découvrir que nous possédons en nous une FORCE incommensurable et que nous bâtissons notre vie à partir de celle-ci
- Réaliser que nous ne sommes pas parfaits et que nous tentons humblement de nous perfectionner dans notre imperfection

En somme...

Savoir-vivre, c'est se donner le privilège de vivre en équilibre en fonction de nos valeurs et du respect que nous portons envers nous et pour les autres.



Les principes
fondamentaux du
« Savoir vivre »