

Conférence : La paix de l'âme en 36 versements

Présentée par Denis Carignan, conférencier

(418) 228-7930

denis_carignan@hotmail.com

Le Livre est en vente sur mon site:

<http://deniscarignan.com>

1) Intro : Pourquoi ce titre?

Base de la conférence : Tranche de vie, ma nuit de Noël: J'ai réalisé que j'étais seul dans ma chambre et que dans la réalité, il n'y avait aucun problème en ce moment. En fait, il ne se passait rien. Mon état intérieur était provoqué par l'activité hystérique de mes propres pensées. L'autre personne n'était pas présente et son action à la base de ma colère était terminée.

La bonne nouvelle est que ce ne sont pas les gens ou les événements qui déterminent notre état intérieur, c'est nous-même. La recherche de la paix et du bonheur ne dépend plus des autres ou des événements! Quelle libération!

2) Le test infallible : Le ferais-tu à tes enfants?

L'enfer se construit un petit peu par petit peu à chaque violation de nos limites. Le petit test nous permet de garder notre cour vide afin d'y installer de beaux jardins où il fait bon vivre. *Tranche de vie : Le régime de 10 livres en 10 jours.*

3) Je préfère que l'autre ait un orgasme interrompu.

Ne donnez pas de munitions à l'autre avec vos arguments de défenses, coupez-y l'herbe sous le pied et provoquez chez lui un orgasme interrompu.

Tranche de vie : La lettre pas très agréable à lire.

4) Une fois prisonnier, optez pour la stratégie du roseau.

Sortez du borbier, et le moyen le plus facile et efficace est de simplement poser des questions sur ce que l'autre fait, sur ce qu'il aime.

Tranche de vie : Le chauffeur de taxi.

5) Si vous n'êtes pas prisonnier, optez pour la stratégie du « ah ouan? Ou ben coudonc

Tranche de vie : La pas fine qui monte sur scène.

Les problèmes engendrés par l'égo :

6) Connaissez-vous Le syndrome Lolo Ferrarri?

Si nous tentons de construire un sentiment de soi à travers le matériel et les projets, nous risquons de courir comme des poules pas de tête jusqu'à la folie et l'épuisement dans notre vie active et de vivre notre vieillesse comme un naufrage.

7) La pire chose qui pourrait m'arriver serait de régler mes problèmes.

Si vous êtes devant la personne chialeuse qui veut juste se plaindre, de grâce, ne tuez pas ce pauvre petit égo en lui donnant une solution, dites un bon « Ah ouan » et quitter les lieux. Ne la laissez pas gruger votre énergie et troubler votre paix, vous avez le devoir de vous protéger.

Sortir de l'égo :

8) Reviens ici, et une chose à la fois. On cherche toujours ailleurs ou plus tard, mais si la réponse était tellement proche de nous que nous n'avons même pas l'idée d'y regarder. L'accès à la paix a toujours été là.

Tranches de vie : Ma voiture qui fait un bruit inquiétant au Nouveau-Brunswick. Mes déjeuners où je me recule et que je regarde la pièce.

9) Accepter ce qui est amène une action juste.

Dire oui à ce qui est, amène une puissance décuplée au cœur de notre vie, accompagnée d'une paix qui guide nos actions dans une économie d'énergie, voilà la puissance de l'acceptation de ce qui est. Pas mal n'est-ce pas?

Tranches de vie : Histoire de science-fiction par rapport à ma hanche. A voiture emprisonnée dans un stationnement juste avant une conférence.

10) Qu'est-ce que ça prend pour être heureux?

Et si la paix avait toujours été là? C'est un état que nous avons connu lorsque nous étions enfants, complètement immergé dans la vie.

Tranche de vie : L'Alzheimer.

11) The Doors : les portes de la perception...de la paix.

L'enfer est de croire à ses pensées, la paix n'est pas de combattre celle-ci mais bien de se brancher simplement aux sensations du corps dans le présent, celui-ci va vous faire cheminer de plus en plus dans ce royaume où la paix et l'intelligence de la vie est vaste comme la vie l'est elle-même.

Tranche de vie : Dans le spa sur la plage de Varadero. L'histoire des vagues, bonnes et mauvaises et la paix de la plage.