

Équipe de possibilités

MARDI

1 NOVEMBRE 2022



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

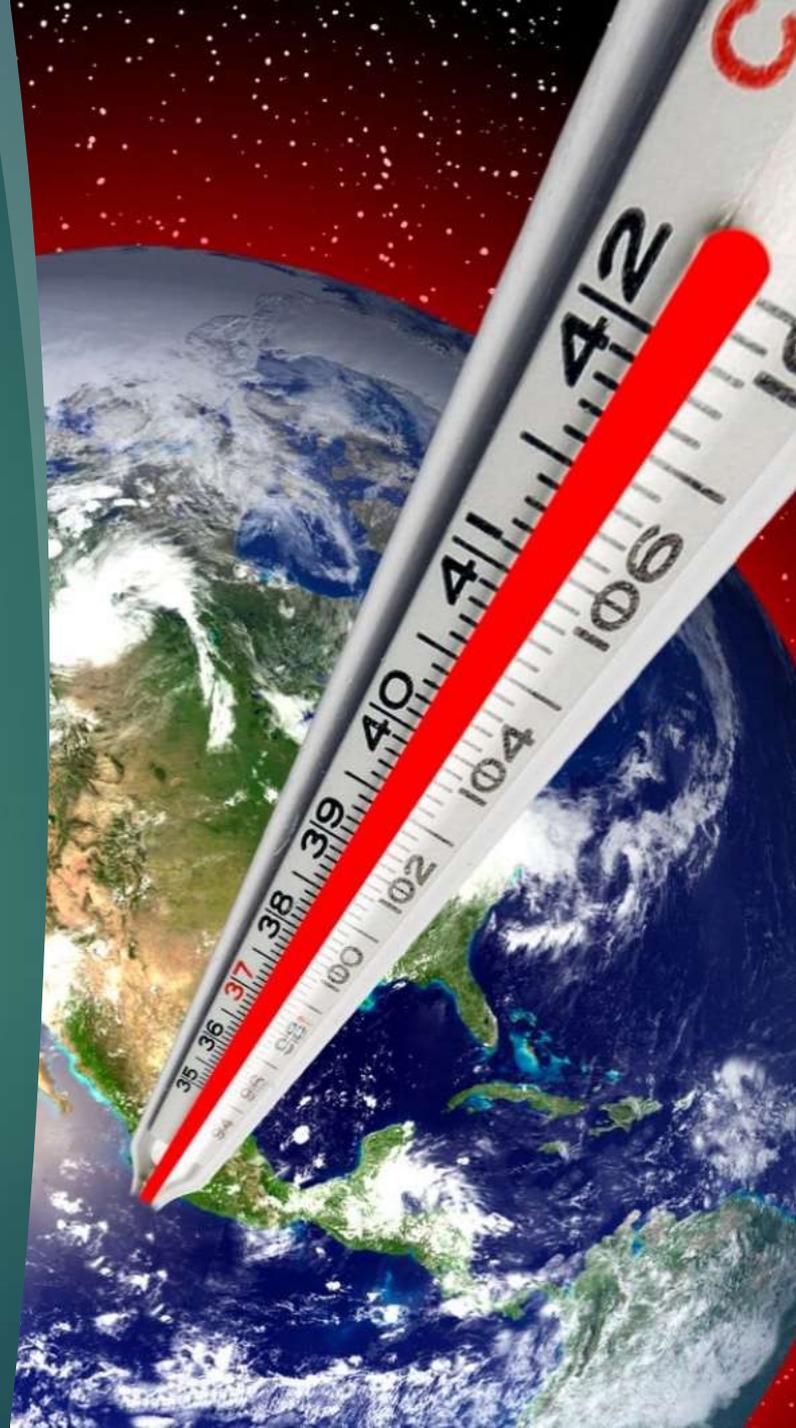


Expérience-1

(en triade)

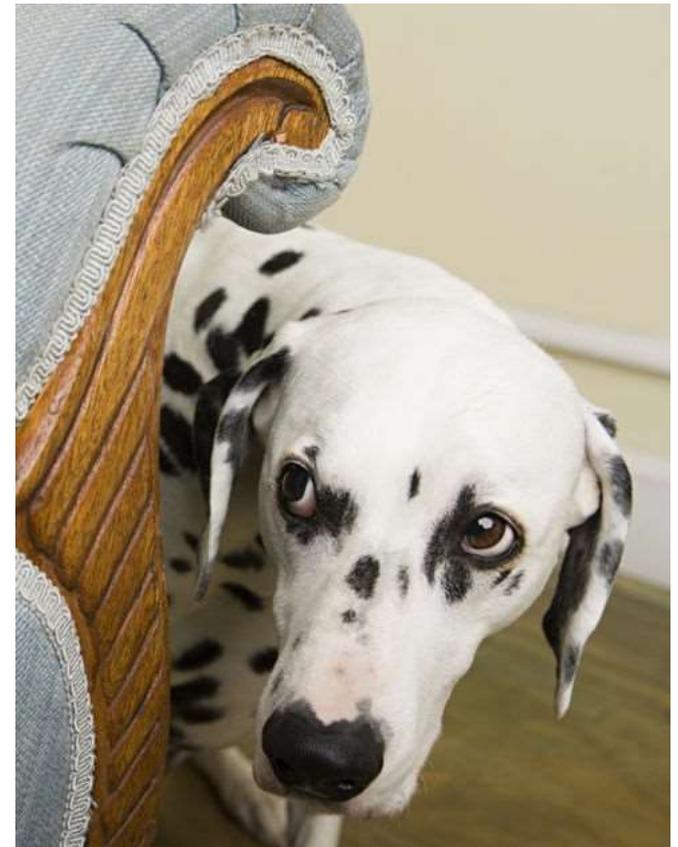
Parler au potentiel d'un groupe qui discute un sujet spécifique.

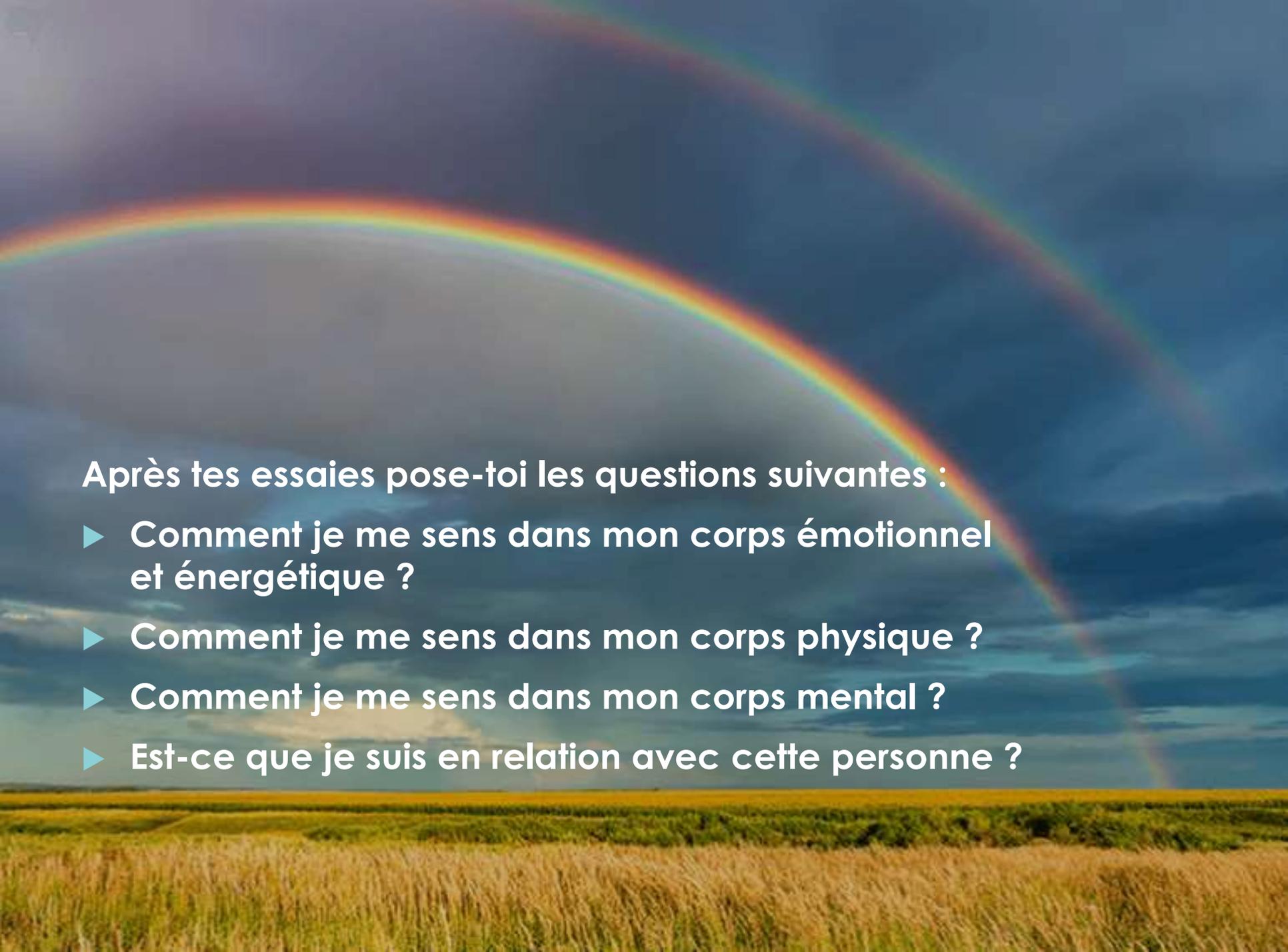
- ▶ Sous-salle 1 :
le réchauffement climatique
- ▶ Sous-salle 2 :
L'instabilité de la démocratie
- ▶ Sous-salle 3 :
La pénurie de personnel dans le système de santé
- ▶ Sous-salle 4 :
L'inflation



Rappel

- ▶ Fais l'exercice pour TOI !
- ▶ Accepte que la situation soit « injuste ».
- ▶ Laisse tomber toute attente.
- ▶ Sois centré.
- ▶ Sois vigilant concernant ton Gremlin : Tiens-le en laisse courte ! Ne permet aucune « ridiculisation » de l'autre !
- ▶ Ne permet pas non-plus une fuite, une cachette ou un désengagement.
- ▶ Fais constamment des offres à l'autre.
- ▶ Ne t'occupe pas si l'autre accepte tes offres ou pas. Reste dans ta créativité.



A vibrant rainbow arches across a dramatic, cloudy sky. Below the rainbow, a golden field of tall grass or wheat stretches to the horizon. The scene is captured in a wide-angle shot, emphasizing the vastness of the landscape and the beauty of the natural phenomenon.

Après tes essais pose-toi les questions suivantes :

- ▶ Comment je me sens dans mon corps émotionnel et énergétique ?
- ▶ Comment je me sens dans mon corps physique ?
- ▶ Comment je me sens dans mon corps mental ?
- ▶ Est-ce que je suis en relation avec cette personne ?



Créer la joie

- ▶ Au lieu de raisonner avec la boîte de l'autre, entre en contact avec le potentiel de l'autre.
- ▶ C'est créatif. C'est excitant. C'est la joie.
- ▶ L'intimité extraordinaire !

Citation Eckhart Tolle (3 diapos)

- 
- ▶ Au lieu de fermer les yeux sur l'inconscience de l'autre, tu en fais son identité.
 - ▶ Qui fait cela ?
 - ▶ L'inconscience en toi.
 - ▶ Ce à quoi tu réagis chez l'autre, tu le renforces en toi.

- 
- A close-up photograph of a dog's face, focusing on its large, upright, dark brown ears and its dark, expressive eyes. The dog's fur is a mix of brown and black. The background is a plain, light gray.
- ▶ Ne pas réagir à l'ego de l'autre est l'un des meilleurs moyens de dépasser l'ego en soi, d'une part, et de dissoudre l'ego humain collectif, d'autre part.
 - ▶ Cependant, tu ne peux atteindre l'état de non-réaction que si tu reconnais le comportement de l'autre comme étant lié à l'ego.

- 
- A person wearing light blue denim shorts and dark sandals is walking a white dog in a field. The dog is looking up at the person's hand, which is reaching down towards its head. The background is a vast, open field under a clear sky.
- ▶ Si tu reconnais qu'il n'y a rien de personnel, la nécessité de réagir disparaît.
 - ▶ Ne pas réagir n'est pas une faiblesse, mais une force.
 - ▶ Ta plus grande protection est être conscient.

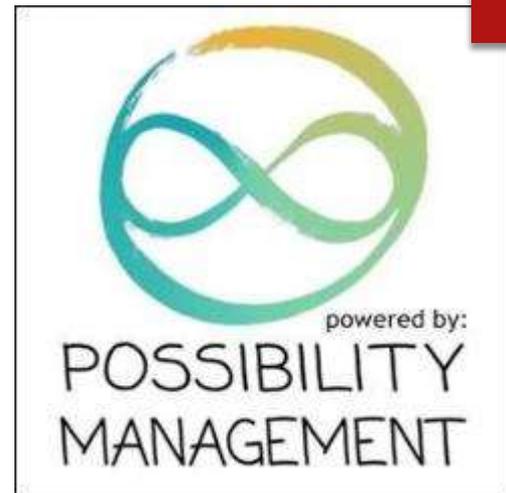
Copyleft !

Tous droits donnés !

Veillez partager et copier tout ce qui vous inspire dans ce document.

Veillez mentionner **Santé mentale Québec Rive-Sud** et **Possibility Management** comme source.

Merci !



Création en relation

- ▶ Relie-toi au potentiel d'une personne qui semble t'ignorer ou s'opposer à toi.
- ▶ Accèpte de te relier au potentiel jusqu'à 90 % ou plus, sans réaction de ton vis-à-vis ou même une réaction « négative ».
- ▶ **C'est l'extase !**
- ▶ Pour qui ? Pour toi !
- ▶ Même si la personne ne réagit pas, tu es dans l'état de création.
- ▶ **C'est excitant !**



A group of Hamar people, including men, women, and children, are sitting in a large circle on a grassy field. They are dressed in traditional, minimal clothing. The scene is captured from a high angle, looking down into the circle. The word "Ubuntu" is overlaid in the center of the image.

Ubuntu

- ▶ Notre mental nous parle d'un manque de connexion. C'est un mensonge.
- ▶ Nous sommes toujours connectés avec tout.

L'inconscience

▶ Quand