

# Équipe de possibilités

MARDI

21 MARS 2023



SANTÉ  
MENTALE  
QUÉBEC

Rive-Sud



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

# La sécurité est un concept

- ▶ Rechercher la sécurité, c'est demander à l'univers de te donner quelque chose, une promesse qui ne peut être tenue.
- ▶ Tu vas mourir et tu ne sais pas quand et comment.
- ▶ La sécurité est un concept qui peut être compris par l'esprit humain.
- ▶ Ce n'est pas parce que nous pouvons comprendre un concept que ce concept est vrai.





# Expérimentation-1



- ▶ Pose-toi la question : « Où je cherche la sécurité dans ma vie ? »
- ▶ Dans mon quotidien ?
- ▶ Fais une liste !
- ▶ Distingue entre la sécurité du quotidien comme, par exemple, apporter une parapluie quand le ciel est gris et
- ▶ la sécurité de la vie comme, par exemple, une assurance maladie additionnelle.

A close-up photograph of a person's legs from the knees down. The person is standing on a snowy bank, with their right foot submerged in clear, rippling water. The background shows more snow and some dry grass. The overall tone is cool and serene.

## La sécurité et notre boîte

Ta boîte ne veut :

- ▶ ni succès inconfortable
- ▶ ni échec inconfortable.
- ▶ Ta boîte veut sa zone de confort familière et sûre.

# Expérimentation-2



- ▶ Ferme tes yeux.
- ▶ Connecte avec ton être, ton âme, ton essence.
- ▶ Respire en silence pendant une à deux minutes !
- ▶ Pose-toi la question :  
« Quelle action comble ma mission sur terre AUJOURD'HUI ? »
- ▶ Laisse la ou les réponses émerger !
- ▶ Puis, fais une déclaration :  
« Je m'engage de faire exactement cela AUJOURD'HUI. »



# Antennes

Tu possèdes déjà les antennes te permettant de faire la différence entre :

- ▶ « Je nourris le confort, la sécurité de ma boîte. »
- ▶ « Je suis en train de remplir ma mission. »
- ▶ L'un n'est pas meilleur que l'autre.
- ▶ C'est ce que c'est.
- ▶ Il est utile de savoir ce que tu fais vraiment.
- ▶ Sois vigilant à la fréquence avec laquelle tu te mens à toi-même.





# Obligation versus mission

Les résultats de l'accomplissement d'une obligation et de l'accomplissement de ta mission sont différents.

- ▶ Servir le confort et la sécurité de ta boîte te conduisent en terrain connu, dans une routine.
- ▶ Tu vis apparemment avec moins de peur.
- ▶ En réalité, tu renforces ta barre d'engourdissement.
- ▶ Suivre ta mission n'est pas forcément confortable.
- ▶ Tu ressens la vivacité pétillante de la peur.
- ▶ Ta mission te mène vers la vie pleine.





# Engagement

- ▶ **L'engagement de servir ta mission, c'est la promesse de donner quelque chose à l'univers, une promesse que tu peux tenir plus souvent que tu ne l'imagines.**



# 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 !



SANTÉ  
MENTALE  
QUÉBEC  
Rive-Sud  
Promouvoir. Soutenir. Outiller.