

RISQUE D'ÉPIDÉMIE!

Attention aux symptômes du *bonheur inconditionnel*. Ce virus se propage comme une épidémie dans l'entourage de ceux qui en sont atteints. Ceci pourrait causer un grave préjudice à ce qui, jusqu'à maintenant, a été un état relativement stable d'inquiétude et d'ennui résigné à l'échelle de la planète.

Voici les symptômes les plus connus de cette condition de *bonheur inconditionnel*:

1. Une tendance à penser et à agir spontanément plutôt que de se référer aux peurs issues du passé.
2. Un désintéressement total face à l'idée de juger les autres et de se plaindre de la vie.
3. Une habileté croissante à jouir du moment présent plutôt que d'essayer de tout contrôler.
4. Le refus systématique d'interpréter négativement les événements ou les actions des autres.
5. Le sentiment d'être solidaire des autres et "connecté" avec la nature.
6. L'habitude d'oublier de se taper sur la tête pour ses erreurs (*oops!*).
7. Un désir incontrôlable d'entreprendre des projets d'envergure, même s'ils apparaissent impossibles de prime abord.
8. L'habitude de voir les contretemps comme des occasions d'apprendre et de grandir
9. Un engagement constant à se demander comment améliorer sa vie et à initier les actions requises pour y arriver.
10. Une croyance profonde d'être en charge de son destin et de pouvoir réussir tout ce qu'on entreprend.
11. De fréquentes attaques spontanées de sourire et de rire incontrôlé.
12. La perte de l'habileté de s'inquiéter et de vivre dans l'angoisse (*très sérieux!*).

Si tu rencontres des gens qui présentent ces symptômes, sache que tu risques la contagion en demeurant dans leur entourage. Si tu as toi-même quelques-uns de ces symptômes, sois sur tes gardes puisqu'il n'y a pas de traitement connu et que, si tu ne fais pas attention, ta condition pourrait continuer à progresser malgré toi.

Si tu as plus de 6 symptômes, il se peut que ton état de *bonheur inconditionnel* soit tellement avancé que le processus soit irréversible et que tu sois une menace pour tes proches: la plus grande vigilance est alors de mise.

Il semble qu'une des sources de cette épidémie soit le **Yoga du Bonheur**, offert par Pierre Bélisle à Corps Esprit dès janvier 2006. C'est un atelier de fin de semaine suivi de dix soirées qui utilisent la philosophie du yoga, les postures, la respiration et la conscience pour donner accès à une vie plus inspirée, paisible et heureuse guidée par sa propre sagesse.

ATTENTION!