

MOMENTS D'INSPIRATION

Patrick Leroux CSP

Moments d'inspiration

Citations • Maximes • Proverbes

Données de catalogage avant publication (Canada)

Vedette principale au titre:

Moments d'inspiration: citations, maximes, proverbes
(Collection Motivation et épanouissement personnel)
Comprend des références bibliographiques

ISBN: 2-89225-482-5

1. Motivation (Psychologie) – Citations, maximes, etc. 2. Inspiration – Citations, maximes, etc. 3. Motivation (Psychologie) – Humour. 4. Inspiration – Humour. I. Leroux, Patrick, 1971 –. II. Collection.

BF503.M64 2002 153.8 C2001-941776-4

© Tous droits réservés, Patrick Leroux, 2002

© Les éditions Un monde différent ltée, 2002

Pour l'édition en langue française
Dépôts légaux: 1er trimestre 2002
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
Bibliothèque nationale de France

Conception graphique de la couverture:
OLIVIER LASSER

Photocomposition et mise en pages:
COMPOSITION MONIKA, QUÉBEC
ISBN 2-89225-482-5

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Programme d'Aide au Développement de l'Industrie de l'Édition pour nos activités d'édition (PADIÉ) ainsi que le gouvernement du Québec grâce au ministère de la Culture et des Communications (SODEC).

Imprimé au Canada

Patrick Leroux
Moments d'inspiration

Citations • Maximes • Proverbes

Plus de 1500 citations, maximes, proverbes, idées, pensées, réflexions, aphorismes, préceptes, mots d'esprit, adages, dictons et paroles de sagesse éternelle regroupés sous 95 thèmes différents.

Les éditions Impact Formation

En espérant que ces citations, maximes et proverbes pourront vous inspirer et avoir un aussi grand impact sur votre vie qu'ils ont pu en exercer sur la mienne.

Je dédie ce livre à tous ceux qui m'ont encouragé et soutenu pour vivre ma passion dès mes débuts grâce à leurs paroles et leurs actions. Ce livre est pour vous!

– Patrick Leroux CSP

TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACE	15	
ACTION	19	
ADVERSITÉ	22	
AFFIRMATIONS	25	
AMITIÉ	26	
AMOUR	29	
APPARENCE	32	
ARGENT	34	
ATTITUDE	36	
AUDACE	40	
BONHEUR	41	
CARACTÈRE	45	
CARRIÈRE	47	
CERCLE D'INFLUENCE	48	
CHANCE	50	
CHANGEMENT	51	
COACHING	55	
COEUR	56	
COMMUNICATION	57	
CONCENTRATION	59	
CONFIANCE EN SOI	59	
CONSEIL	63	
CONVICTION	64	
COURAGE	66	
CRÉATIVITÉ	67	
CRITIQUE	69	
DÉCISION	70	
DÉLÉGATION	71	
DÉSIR	72	
DISCIPLINE	73	
DONNER	75	
ÉCHEC	77	
ÉCOUTE	80	
ENFANTS	82	
ENTHOUSIASME	83	
ÉQUILIBRE	84	
ESPOIR	85	
ESTIME DE SOI	87	
FORMATION CONTINUE	88	
GOLF	91	
GUERRE	91	
GRATITUDE	92	
HABITUDE	93	
HAINE	94	
HONNÊTETÉ	95	
HUMILITÉ	96	
IMAGINATION	98	
INQUIÉTUDE	98	
INTÉGRITÉ	99	
JOURNAL PERSONNEL	102	
LEADERSHIP	103	
LECTURE	107	
MÉDISANCE	109	
MENSONGE	110	
MOTIVATION	111	
OBJECTIF	112	
OPPORTUNITÉ	116	
PARDON	117	

PASSION	118	
PATIENCE	121	
PENSÉE	121	
PERSÉVÉRANCE	123	
PEUR	125	
PLANIFICATION	126	
PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC	127	
PRÉPARATION	130	
PRIORITÉS	131	
PROCRASTINATION	132	
PROJET	134	
PROMESSE	134	
RECONNAISSANCE	135	
RELATIONS INTERPERSONNELLES	138	
RÉPUTATION	140	
RESPECT	141	
RESPONSABILITÉ	141	
RÊVE	144	
RIRE	146	
RISQUE	147	
SANTÉ	148	
SERVICE À LA CLIENTÈLE	150	
SE PLAINDRE	152	
SILENCE	154	
SOURIRE	156	
STRESS	157	
SUCCÈS	159	
TEMPS	161	
TRAVAIL	164	
TRAVAIL D'ÉQUIPE	165	
VENTE	167	
VIEILLIR	171	
VISION	173	
VISUALISATION	173	
PAROLES DE SAGESSE ÉTERNELLE	174	
JUSTE POUR RIRE...	178	
LE MARIAGE!?!	182	
QUELQUES DÉFINITIONS DRÔLES	184	
À PROPOS DE L'AUTEUR	189	
BIBLIOGRAPHIE	191	
PRÉFACE		

PRÉFACE

Vous arrivent-ils parfois de remettre à plus tard ce que vous savez devoir faire aujourd'hui? Qu'est-ce qui fait que vous cessez soudainement de retarder encore une fois une idée vieille de plusieurs jours, de plusieurs mois et parfois de plusieurs années? Qu'est-ce qui vous incite à passer à l'action? Ce phénomène s'appelle tout simplement la motivation. La motivation est cette petite force impalpable qui nous pousse à agir de façon à combler un besoin intérieur. La motivation, c'est ce qui nous fait avancer. Pour utiliser une citation contenue dans ce livre: «La motivation est comme la bougie d'allumage de votre voiture... sans elle, rien n'est possible.»

Voilà bien l'objectif principal de ce livre: vous inspirer et vous motiver. Vous y trouverez un grand nombre de citations, maximes et proverbes qui vous inspireront et vous motiveront à devenir la personne que vous désirez être. Chacune des citations de cet ouvrage a été spécifiquement choisie pour son habileté à vous inspirer et à vous motiver, ou à tout le moins, à vous interrompre un instant dans votre vie effrénée afin de vous faire réfléchir à sa signification particulière.

Moments d'inspiration est une compilation de phrases parfois touchantes et souvent stimulantes que j'ai amassées depuis ces 15 dernières années. Cet ouvrage contient plus de 1500 citations, maximes ou proverbes classés par ordre alphabétique sous 95 thèmes différents. Comme vous le constaterez, j'ai tenté, dans la mesure du possible, de terminer chaque thème avec une citation humoristique. Les trois dernières sections de ce livre sont d'ailleurs exclusivement consacrées à l'humour.

Pourquoi un tel livre?

J'ai écrit ce livre pour quatre raisons principales:

Premièrement, parce que j'ai toujours été fasciné par les expressions imagées de philosophie pratique. Comme la majorité des gens, j'aime et je comprends mieux lorsqu'on me parle en images.

Deuxièmement, j'aime la brièveté. J'adore les vérités morales exprimées en peu de mots. N'est-il pas plutôt décevant de passer un mois à lire un livre de 300 pages qui aurait pu se résumer en une seule phrase?

Troisièmement, il n'y a rien de mieux qu'une citation, une maxime ou un proverbe pour agrémenter ou rehausser un discours ou une dissertation. Toutes les personnes appelées à communiquer leurs idées par écrit ou oralement trouveront ici un ouvrage indispensable.

Et la quatrième raison pourquoi j'ai écrit ce livre est que l'emploi opportun d'une citation, d'une maxime ou d'un proverbe produit sur l'esprit une impression vive et mémorable. Ils sont si puissants que très longtemps après les avoir entendus, on s'en souvient encore. En fait, avant la découverte de l'imprimerie, le savoir populaire se transmettait ainsi par citations, par maximes, par proverbes faciles à mémoriser, ou au moyen de rimes approximatives. C'est dans cette optique que j'ai écrit ce livre.

Comment lire ce livre?

En général, un livre se lit en commençant au début, puis, page après page, on va jusqu'au bout (si le livre est bon, bien sûr). Après quoi, on le place le plus souvent dans sa bibliothèque sans plus jamais y recourir. Pour ce livre, il en va tout autrement. Il s'agit d'un recueil que vous aurez plaisir à consulter, à feuilleter et, tout simplement à lire. On peut l'ouvrir à n'importe quelle page. Prenez d'abord connaissance des thèmes qui vous intéressent le plus et gardez-le à portée de la main, de façon à pouvoir l'ouvrir – n'importe où –, quand bon vous semblera. Ne vous contentez pas de simplement lire ces phrases une après l'autre. Arrêtez-vous à chacune d'elles et réfléchissez sur votre propre vie.

Lorsque vous trouverez un message qui vous inspirera ou vous motivera plus particulièrement, notez-le par écrit et affichez-le dans un endroit bien en vue. Si toutefois vous avez le goût d'abandonner et de vous trouver des excuses pour ne pas faire ce que vous savez devoir faire, la simple lecture de vos messages favoris pourrait être suffisante pour vous redonner le courage nécessaire d'accomplir vos objectifs.

D'où proviennent ces citations, maximes et proverbes? Les citations, maximes et proverbes de cet ouvrage proviennent de quatre sources différentes:

1. De cueillettes sur le terrain lors des centaines de conférences auxquelles j'ai assisté au cours des 15 dernières années;

2. De sources manuscrites diverses (dictionnaires, livres, bulletins d'information, Internet);
3. D'une traduction libre et de modifications de citations, maximes et proverbes anglophones;
4. De réflexions personnelles.

J'ai choisi délibérément de ne pas inscrire le nom des auteurs des citations, maximes et proverbes de ce livre pour plusieurs raisons. Premièrement, ces citations ont été recueillies depuis plus de 15 ans et, dans la majorité des cas, l'auteur est tout simplement inconnu. Deuxièmement, à travers mes recherches, je me suis aperçu que différentes personnes utilisaient ces mêmes citations, maximes ou proverbes, comme si elles les avaient elles-mêmes inventés! Comment alors être tout à fait certain de leur réelle provenance? Troisièmement, une grande partie des citations, maximes et proverbes ont été modifiés ou sont de mon inspiration personnelle. Je tiens à mentionner qu'en aucun cas je ne m'attribue le mérite d'avoir inventé ces citations, maximes et proverbes. Je suis simplement d'accord avec le message qu'ils véhiculent.

Je serais cependant très heureux que vous me fassiez parvenir les pensées, réflexions, aphorismes, préceptes, mots d'esprit, adages, dictons, paroles de sagesse éternelle, citations, maximes ou proverbes que vous auriez aimé trouver dans ce livre et qui pourront être retenus lors d'une réédition.

Bonne lecture!

Patrick Leroux
Conférencier professionnel et auteur

ACTION

Les mots sont des nains, les exemples des géants.

Si ce que vous avez fait hier vous semble grand, c'est parce que vous n'avez rien fait aujourd'hui!

Plus je vieillis, moins je porte attention à ce que les gens disent. J'observe seulement ce qu'ils font.

Certains rêvent d'accomplir de grandes choses alors que d'autres demeurent éveillés et les font!

Les noix ont bon goût, mais il faut d'abord les ouvrir.

N'attendez pas que votre bateau arrive, nagez vers lui.

La vie c'est comme un buffet; ne restez pas là à languir pour qu'on vienne vous servir!

Ne jugez jamais un homme à ses paroles mais plutôt à ses actions.

Il y a pire dans la vie que de ne pas avoir réussi, c'est de ne pas avoir essayé.

Il est plus facile de dire que de faire.

Les actions parlent plus fort que les mots.

L'action est le déjeuner des champions.

Vous ne volerez jamais le deuxième but en laissant votre pied sur le premier.

À moins d'essayer de faire quelque chose de plus que ce que vous avez déjà fait par le passé, vous ne grandirez jamais.

Vos vraies valeurs et vos vraies croyances s'expriment vraiment et seulement par vos actions.

Qu'est-ce qui est encore plus important que de croire en ses rêves? C'est de passer à l'action pour réaliser ses rêves.

Dans quoi que ce soit, ce qui importe d'abord, c'est de commencer.

L'action est le mot de passe du succès.

Sans action, l'intelligence est vaine.

La vie n'est pas un sport de spectateurs.

Sans action, les rêves demeurent des rêves et les projets des projets. C'est seulement quand on met en oeuvre son idée qu'elle prend toute sa valeur.

Le pessimiste se plaint du vent; l'optimiste s'attend à ce que le vent change; le réaliste, lui, passe aux actes et ajuste sa voile.

La sagesse, c'est de savoir quoi faire. L'habileté, c'est de savoir comment le faire. Le succès, c'est de le faire.

La connaissance seule ne suffit pas, elle n'a de valeur que si on l'exploite.

C'est à ses actes qu'on reconnaît la valeur d'un homme.

Ce n'est pas ce qu'on sait qui compte, mais ce qu'on fait avec ce qu'on sait.

Le bavardage est l'écume de l'eau, l'action est une goutte d'or.

Le vrai entrepreneur est un faiseur, pas un rêveur.

Il ne faut qu'une petite étincelle (action) pour allumer un grand incendie.

Bien dire fait rire, bien faire fait taire.

Les insuccès des gens ne s'expliquent pas par un manque d'information, mais plutôt par un manque d'application de l'information.

Même si vous êtes sur le bon chemin, vous allez vous faire frapper si vous restez simplement assis là.

Dans la vie, soit vous faites de la poussière ou soit vous en avalez!

Une personne occupée n'est pas préoccupée.

Certaines choses peuvent arriver à ceux qui attendent, mais seules les choses qui restent par ceux qui se dépêchent.

Si vous n'aimez pas votre situation dans la vie, cessez d'en parler. Agissez plutôt pour la transformer.

Les idées en soi n'assurent pas le succès. Elles sont valables seulement si vous vous en servez.

Si vous deviez tout recommencer aujourd'hui, que feriez-vous différemment? Peu importe votre réponse, commencez dès maintenant!

ADVERSITÉ

À vaincre sans péril, on triomphe sans gloire.

Plus le péril est grand, plus douce est la victoire.

Seule l'épreuve du feu produit l'acier le plus résistant.

La glaise ne devient terre à mouler qu'après avoir été pétrie.

Les obstacles sont les barreaux de l'échelle du succès.

C'est dans l'adversité qu'on découvre les meilleures idées.

Les problèmes ne sont pas des panneaux d'arrêt, ce sont des panneaux indicateurs.

Les défis surviennent pour révéler un besoin de changement.

Souvent, ce qui nous semble être la fin est en fait un nouveau départ.

Les difficultés devraient vous instruire et non vous détruire.

Les racines des arbres qui sont exposées au vent sont plus fortes et plus profondes.

Aucun grand leader n'est devenu ce qu'il est avec facilité.

Montrez-moi quelqu'un qui a accompli quelque chose de significatif dans la vie et je vous montrerai quelqu'un qui a dû faire face à l'adversité.

Aucun alpiniste ne pourrait faire l'ascension d'une montagne s'il n'avait devant lui que des parois parfaitement lisses. Pour se hisser au sommet, il lui faut des aspérités où placer les mains, les pieds, et où attacher sa corde. Tout grand accomplissement a été précédé de multiples difficultés; les grands accomplissements sont impossibles sans eux.

Ce qui ne nous tue pas, nous rend plus fort.

Vent au visage rend l'homme sage.

Si vous trouvez un chemin sans obstacles, c'est probablement qu'il ne mène nulle part.

La vie est comme un arc-en-ciel: il faut du soleil et de la pluie pour en voir les couleurs.

Tout comme la nature a besoin de pluie pour grandir, l'homme a besoin d'obstacles pour croître également.

L'adversité rend aux hommes toutes les vertus que la prospérité pourrait leur enlever.

La récompense de la souffrance est l'expérience.

La lutte que vous éprouvez sur le chemin de la réussite personnelle fait partie intégrante du prix à payer pour réaliser votre plein potentiel.

Le succès ne se mesure pas tant par la position que quelqu'un a su atteindre que par les obstacles que cette même personne a surmontés en route vers son succès.

Une certaine opposition est fantastique pour l'homme. Le cerf-volant monte contre et non avec le vent.

De plus haut vous tombez, le plus haut vous rebondissez.

Le gagnant voit chaque obstacle comme une marche d'escalier qui mène au succès.

Vos plus grandes opportunités de croissance dans la vie sont déguisées brillamment en problèmes insurmontables.

AFFIRMATIONS

La plus importante et la plus négligée de toutes les conversations, c'est celle que vous avez avec vous-même.

La personne la plus influente qui vous parlera toute la journée est vous, faites donc très attention à ce que vous vous dites.

Une façon rapide de créer des résultats positifs dans votre vie est de programmer votre esprit inconscient de pensées positives sous forme d'affirmations répétées à voix haute ou en silence.

Ce que vous pensez de vous-même, voilà ce qui tracera votre destin.

De tous les maux, les plus douloureux sont ceux que l'on s'est infligés à soi-même.

Il est vraiment petit celui qui se rabaisse lui-même.

Surtout, ne vous dépréciez jamais.

Vos vrais ennemis sont à l'intérieur de vous-même.

Si vous ne recevez jamais de compliments, faites-vous-en!

AMITIÉ

Celui qui cherche un ami sans défaut reste sans ami.

Un véritable ami ne se met jamais en travers de notre route sauf si on est sur une pente dangereuse.

Un ami, c'est quelqu'un qui sait tout de vous et qui vous aime quand même!

Les amis, tout comme les fleurs, nous rendent heureux simplement par leur présence.

Avant d'espérer avoir des amis, efforcez-vous d'en être un.

J'ai renoncé à son amitié; il ne me parlait jamais de moi!

Où commence l'emprunt finit l'amitié.

Les bons comptes font les bons amis.

On ne manque jamais d'amis à table; on en trouve toutefois peu dans les moments difficiles de la vie.

Les amis sont parfois dangereux, non pas tant par ce qu'ils vont vous faire que par ce qu'ils vous empêchent de faire.

Les animaux sont des amis tellement agréables: ils ne posent aucune question et ne font jamais de critique!

Vous voulez savoir qui sont vos vrais amis? Ce sont ceux qui vous demandent si vous avez besoin d'aide lorsque vous déménagez!

Vous vous ferez plus d'amis en deux mois en vous intéressant sincèrement aux autres que vous pourriez en conquérir en deux ans en essayant d'être intéressant!

Il faut parfois beaucoup de temps pour trouver un ami, mais parfois si peu pour le perdre.

Le difficile dans la vie n'est pas d'être avec ses amis quand ils ont raison, mais quand ils ont tort.

Un ami, c'est celui qui t'aime pour ce que tu es, t'écoute sans jamais te juger, te pardonne sans que tu ne l'aies demandé, essuie tes larmes lorsque tu pleures, et t'aide à te relever quand tu es tombé.

Vos vrais amis ne sont pas les gens que vous rencontrez au sommet, ce sont ceux qui étaient avec vous lorsque vous étiez en bas.

Dans la prospérité nos amis nous connaissent; dans l'adversité nous connaissons nos vrais amis.

Mieux vaut parfois un ami grondeur que flatteur.

L'amitié sans confiance, c'est comme une fleur sans parfum.

Plus on démontre la justesse de vos arguments, moins vous avez d'amis.

Un ami véritable vient nous voir alors que tout le monde s'en va.

La vraie amitié, c'est comme jouir d'une bonne santé: on ne réalise jamais sa valeur tant qu'on ne l'a pas perdue.

Qui cesse d'être un ami ne l'a jamais vraiment été.

Dans le besoin on connaît ses amis.

Avoir des amis, c'est être riche.

Un des plus grands bonheurs de l'amitié, c'est d'avoir quelqu'un à qui confier un secret.

Les amis sont des anges qui nous remettent sur nos pieds quand nos ailes ne savent plus comment voler.

Un ami devine toujours quand on a besoin de lui.

La terre nous fait attendre ses présents à chaque saison, mais nous cueillons à chaque instant les fruits de l'amitié.

Avoir de l'or faux est un malheur supportable et facile à découvrir; mais de faux amis, c'est ce qu'il y a de plus pénible à découvrir.

Plus l'offenseur m'est cher, plus je ressens l'injure.

Rien ne renforce plus l'amitié qu'un ennemi commun!

Avec des amis comme ceux-là, on n'a pas besoin d'ennemis!

Vous ne pouvez pas choisir votre famille ni votre parenté, mais vous pouvez toujours choisir vos amis.

Tout le monde peut sympathiser avec les malheurs de ses amis. Mais il faut une nature vraiment exceptionnelle pour sympathiser avec leurs succès!

On fait toujours plaisir à un ami en lui rendant visite. Si ce n'est pas en arrivant, c'est en partant!

VWX

AMOUR

Ceux qui ont le plus besoin d'amour sont souvent ceux qui le méritent le moins.

Les fautes sont grandes quand l'amour est petit.

Trop de gens choisissent un partenaire comme s'ils choisissaient une voiture, alors que l'amour et le bonheur appartiennent aux valeurs spirituelles.

Aimer n'est pas seulement un sentiment, c'est également un verbe d'action.

Le meilleur moyen d'aimer une chose est de se dire qu'on pourrait la perdre.

Le jour où vous cesserez de brûler d'amour pour votre conjoint, votre conjoint mourra de froid!

L'amour c'est comme un foyer, il faut régulièrement l'entretenir en mettant du bois à l'intérieur si on ne veut pas qu'il s'éteigne.

On ne récolte que les sentiments que l'on sème.

L'absence est à l'amour ce que le feu est au vent: il éteint les petits et avive les grands.

L'amour, c'est la vie.

L'amour est le désir irrésistible d'être irrésistiblement désiré.

L'amour, c'est ce qui amène deux personnes à s'asseoir en plein milieu d'un banc alors qu'il y a beaucoup d'espace de chaque côté.

Tout ce que vous faites dans la vie, c'est soit pour obtenir de l'amour ou pour compenser pour un manque d'amour

Aimer, c'est donner rendez-vous au bonheur dans le palais du hasard.

Le contraire de l'amour n'est pas la haine, mais l'indifférence.

Loin des yeux, loin du cœur.

L'amour se passe de cadeaux, mais pas de présence.

L'amour peut se passer de présents, mais pas de présence.

Il vaut parfois mieux être seul que mal accompagné.

Vaut mieux souffrir d'avoir trop aimé que de souffrir de n'avoir jamais aimé.

Aimer, c'est être inquiet de l'autre.

L'amour véritable n'attend rien en retour.

Quand on pense à quelqu'un, on n'est jamais seul.

Tous les trésors de la terre ne valent pas le bonheur d'être aimé.

L'amour est la seule passion qui se paye d'une monnaie qu'elle fabrique elle-même.

L'amour c'est comme une fleur, si vous l'arrosez et en prenez soin, elle deviendra très belle; si par contre vous ne le faites pas, elle mourra petit à petit.
Aimer et se laisser aimer, c'est exister.
Il y a dans la jalousie plus d'amour-propre que d'amour.
Pour bien aimer une vivante, il faut l'aimer comme si elle devait mourir demain.
Aimez-vous les uns les autres.
Si tu veux être aimé, aime d'abord.
Aimer, ce n'est pas se regarder l'un l'autre, mais c'est regarder ensemble dans la même direction.
Souvent l'amour pénètre dans l'homme par les yeux et dans la femme par les oreilles.
L'argent ne peut pas acheter l'amour, mais il améliore votre position sur le marché!
Quand on aime quelqu'un ce doit être sans condition... autrement ce n'est pas de l'amour mais une hypothèque!