



<http://www.cafe-philos.eu/> <https://www.mjcagde.com/>

## SERENITE 2

### Citations et références de livres de la médiathèque d'Agde

#### 1. Citations classées par ordre alphabétique des auteurs :

1. **Abbé Pierre** « *La sérénité c'est l'acceptation de soi-même et de ce qui est.* »
2. **Alain** « *Le bonheur n'est pas le fruit de la paix, le bonheur c'est la paix même.* »
3. **Archambault** « *On ne parvient à la sérénité que lorsqu'on a banni l'espoir de sa vie.* »
4. **Barzouk** « *Tu vas faire la paix en toi, tu pourras alors rire plus fort que ta misère.* »
5. **Bernanos** « *Les petites choses n'ont l'air de rien, mais elles donnent la paix.* »
6. **Blais** « *On ne peut aimer que dans la sérénité, autrement on s'égare.* »
7. **Bosco** « *Peut-être la paix est-elle plus que le bonheur.* »
8. **Bouddha** « *Bonne est l'action qui n'amène aucun regret et dont le fruit est accueilli avec joie et sérénité.* »
9. **Bouddha** « *Le bonheur est chose difficile de trouver en soi, mais il est impossible de le trouver ailleurs.* »
10. **Cendrars** « *La sérénité ne peut être atteinte que par un esprit désespéré.* »
11. **Comte-Sponville** « *La sérénité, selon la tradition, est le propre du sage. Cela confirme son statut d'exception, aussi bien dans le temps (nos moments d'absolue sérénité sont rares) que dans l'espace (les sages ne courent pas les rues)* »
12. **Dalai Lama** « *Le désarmement extérieur passe par le désarmement intérieur. Le seul vrai garant de la paix est en soi.* »
13. **Daumal** « *Ceux qui croient avoir trouvé la paix, ce n'est souvent que par défaut d'amour.* »
14. **David-Néel** « *Ce qu'il faut chercher et trouver c'est la douceur sereine d'une inébranlable paix.* »
15. **Démocrite** « *La tranquillité de l'âme provient de la modération dans le plaisir.* »
16. **Desbiens** « *Difficile défi que de ressentir une continuelle sérénité dans un monde fondé et basé sur une perpétuelle rivalité.* »
17. **Descartes** « *Je ne désire que la tranquillité et le repos, qui sont des biens que les plus puissants Rois de la terre ne peuvent donner à ceux qui ne les savent prendre d'eux-mêmes.* »
18. **Diderot** « *On ne se défend pas de cette paix de la nature qui règne sans cesse autour de soi.* »
19. **Elahi** « *Pour atteindre la sérénité il ne faut craindre ni le chômage, ni la pauvreté, ni la mort...* »
20. **Fugère** « *La paix, comme toute métamorphose, exige une adaptation douloureuse à laquelle bien des gens se refusent.* »
21. **Gendron** « *L'or n'est qu'un obstacle à l'épanouissement et à la paix du cœur.* »
22. **Gibran Khalil** « *Vous parlez quand vous cessez d'être en paix avec vos pensées.* »
23. **Grieg** « *La paix n'est pas comparable à un objet précieux qui nous appartient. Il faut toujours la conquérir.* »
24. **Gurganus** « *La sérénité et l'oubli vont parfois de pair.* »
25. **Hugo** « *Vous voulez la paix : créez l'amour.* »
26. **Jouhandeau** « *La vieillesse apporte une lucidité dont la jeunesse est bien incapable et une sérénité bien préférable à la passion.* »
27. **La Mennais** « *Vous n'avez qu'un jour à passer sur la terre ; faites-en sorte de le passer en paix.* »
28. **La Rochefoucauld (de)** « *La constance des sages n'est que l'art de renfermer leur agitation dans le cœur.* »
29. **Lalonde** « *Le silence est la route de la paix.* »
30. **Lao-Tseu** « *La voie de l'homme sage s'exerce sans lutter.* »
31. **Larsson** « *Rien n'apportait autant de sérénité qu'une soirée d'hiver passée seul à bord, avec pour seule compagnie les goélands, le vent et les vagues.* »
32. **Laurent Jacques** « *La tranquillité de l'esprit ne fait pas partie des droits de l'homme.* »
33. **Leon (de)** « *Être en paix avec soi-même est le plus sûr moyen de commencer à l'être avec les autres.* »
34. **Lévis (Duc de)** « *Rien n'assure mieux le repos du cœur que le travail de l'esprit.* »
35. **Lichtenberg** « *Rien ne contribue davantage à la sérénité de l'âme que de n'avoir aucune opinion.* »

Les documents du « Café-Philo agathois » peuvent être consultés sur : <http://www.cafe-philos.eu/>  
[jpcolin@cafe-philos.eu](mailto:jpcolin@cafe-philos.eu) / [direction@mjcagde.com](mailto:direction@mjcagde.com) / [eric.druart@ville-agde.fr](mailto:eric.druart@ville-agde.fr)



<http://www.cafe-philos.eu/> <https://www.mjcagde.com/>

36. **Mann** « Ce que nous appelons bonheur consiste dans l'harmonie et la sérénité, dans la conscience d'un but, dans une orientation positive, convaincue et décidée de l'esprit, bref dans la paix de l'âme. »
37. **Marc-Aurèle** « Qui vit en paix avec lui-même vit en paix avec l'univers. »
38. **Marc-Aurèle** « O dieux, donnez-moi la sérénité d'accepter ce que je ne puis changer, le courage de changer ce que je puis et la sagesse d'en connaître la différence. »
39. **Marc-Aurèle** « Tu peux, à l'heure que tu veux, te retirer en toi-même. Nulle retraite n'est plus tranquille ni moins troublée pour l'homme que celle qu'il trouve en son âme. »
40. **Maurois** « La sérénité est une conquête. »
41. **Melki** « Calme et sérénité sont les valeurs de la dignité. Rien ne se valorise dans l'excitation et la débauche. »
42. **Murat** « Être dans le présent est la condition de la paix intérieure. »
43. **Petit-Senn** « L'onde claire du fleuve se trouble en sortant de son lit, comme la sérénité d'une âme s'altère lorsqu'elle se répand dans le monde. »
44. **Poincaré** « La paix est une création continue. »
45. **Saint-Exupéry** « Je me suis cru perdu, j'ai cru toucher le fond du désespoir et une fois le renoncement accepté, j'ai connu la paix. »
46. **Shakespeare** « L'eau coule paisible là où le courant est profond. »
47. **Shakespeare** « Il n'y a pas de philosophe qui supporte avec sérénité une rage de dents. »
48. **Valéry** « L'esprit vit de différence. L'écart l'excite, la plénitude le laisse inerte. »
49. **Wyl** « La sérénité, c'est l'absence de doute. »



## 2. Références de livres de la [médiathèque d'Agde](#) :

- ◆ **Sérénité** : 25 histoires d'équilibre intérieur / **André, Christophe** / Odile Jacob poches 2019
- ◆ **Bhoutan : Terre de sérénité** / **Ricard, Matthieu** / Éditions de La Martinière 2016
- ◆ **Sérénité : Vieillir est un art** / **Schmid, Wilhelm** / Piranha 2016
- ◆ **En bonne santé avec Montaigne** / **Lejoyeux, Michel** / R. Laffont 2022
- ◆ **Trois amis en quête de sagesse** / **André, Christophe ; Alexandre, Jollien ; Matthieu, Ricard** / l'Iconoclaste 2016
- ◆ **Foutez-vous la paix** / **Midal, Fabrice** / Flammarion 2017

Les documents du « Café-Philo agathois » peuvent être consultés sur : <http://www.cafe-philos.eu/>  
[jpcolin@cafe-philos.eu](mailto:jpcolin@cafe-philos.eu) / [direction@mjcagde.com](mailto:direction@mjcagde.com) / [eric.druart@ville-agde.fr](mailto:eric.druart@ville-agde.fr)