

PROACC'TION



Je crois, donc je vais.



Un système de certitudes



Une certitude vous conditionne



Certitudes inadéquates



Certitudes adéquates

Je crois, donc je vais.



PROACC'TION

Un système de certitudes

Une certitude est un processus mental et un constituant profond de l'être humain. La focalisation de l'attention valide toute hypothèse d'une certitude sans prendre en compte ce qui l'invalide.

Ce que l'on croit, c'est l'objet d'une certitude. Un système de certitudes est **une source de décision.**

Je crois, donc je vais.



PROACC'TION

Une certitude vous conditionne

Une certitude conditionne **ce que vous allez obtenir** ou pas, donc **ce que vous voulez dans votre vie**. Tout ce que vous êtes et devenez dépend de votre système de certitudes.

Soyez au clair avec vos certitudes, car certaines vous freinent et sont inadéquates, là où d'autres sont adéquates et vous poussent.



Certitudes inadéquates

- Je n'y arriverai pas
- Je n'ai jamais de chance
- La vie n'est qu'une suite de problèmes
- Je n'ai ni la capacité ni la légitimité de faire ça
- On ne peut pas m'aimer car je suis au chômage
- etc

Je pourrais me questionner sur la résonance que suscite en moi la lecture de ces exemples, ou d'un de ces exemples plus particulièrement.



Certitudes adéquates

- J'arrive toujours à me débrouiller
- Je trouve toujours du travail
- Ma famille sera toujours là pour moi
- Je peux tout apprendre
- J'ai des ressources
- etc

Je pourrais me questionner sur la résonance que suscite en moi la lecture de ces exemples, ou d'un de ces exemples plus particulièrement.



Conclusion

Vos **certitudes adéquates** vous **aident à avancer** et vous poussent en avant. Vous pouvez choisir d'écouter vos certitudes inadéquates tout autant que vous pouvez choisir de **cultiver celles qui vous apportent des scénarios de vie positifs.**

Croyez, et allez. Que ce soit en vous, ou vers quelque chose.

(PS : il n'existe pas de baguette miracle et cette présentation n'en est pas une : certitude adéquate, ou inadéquate ? A chacun sa vision.)