Pierre LASSALLE, Biosynergiste
Formateur-Conseil en Développement des Ressources Humaines et Communication
56 rue de la Porte 29200 Brest
✆ 02 98 05 25 50

Nom : ..... Date : .....

ENVOI N° 3

1. Synthèse de ce qui a été entendu et compris

Chap. 3 : SAVOIR SE METTRE DANS UN ETAT DONNE

- Ce qu'il vous semble important de retenir : .....
  .....
  .....
  .....
- Donner des exemples de personnes qui ont su se mettre dans un état donné en présence de signes extérieurs apparemment décourageants (Raconter leur histoire et leur stratégie de réussite) :
  .....
  .....
  .....
  .....
  .....
  .....
  .....
  .....

Chap. 4 : LA NAISSANCE DE L'EXCELLENCE : LA CROYANCE

- L'anecdote au sujet de Pablo Casals racontée par Norman Cousins dans son livre *La volonté de guérir*.
- Citer les trois premiers facteurs favorisant la naissance de croyances :
  1. .....
  2. .....
  3. .....

2. Application à votre vie personnelle :

Ecrivez quelques lignes indiquant comment vous appliquez à votre vie quotidienne ce que vous avez appris. Dans votre intérêt, soyez aussi précis que possible.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

© Copyright 1993 Pierre Lassalle. Tous droits réservés

3. Vécu des exercices proposés :

- **Relaxation guidée avec affirmations positives tirées de la dynamique mentale et revécu d'un état de puissance. Merci de faire part de vos sensations, impressions et ressenti dans cette expérience.**

4. Sujets de réflexion :

- Que vous inspire l'anecdote au sujet de Pablo CASALS racontée par Norman COUSINS dans son livre *La volonté de guérir ?*

- Vos réflexions sur la force magique de la croyance :

© Copyright 1993 Pierre Lassalle. Tous droits réservés