

L'autosuggestion consciente La pensée positive

La méthode est simple, pratique, facile à mettre en oeuvre et gratuite! Les possibilités de l'autosuggestion

Notre subconscient est à l'origine de nos états physiques et mentaux ; c'est par notre imagination que nous

Il s'agit bien de l'imagination et non de la volonté contrairement à ce que dit le vieil adage " Quant on ve

Pour illustrer ses postulats de base Emile Coué citait souvent le texte de Blaise Pascal sur le vertige et l

Chacun d'entre nous est capable de marcher sur une planche de 10 mètres de long et de 25 centimètres de large.
Supposons que cette planche soit placée entre les deux tours d'une cathédrale, peu de personnes seron

Malgré tous les efforts de volonté possibles, la chute est quasiment inévitable.

Dans le premier cas, l'imagination nous dit que la traversée était facile, dans le second nous imaginons

Le charpentier comme le couvreur imaginent, eux, qu'ils peuvent le faire.

5 grands postulats de base :

1. Une pensée, bonne ou mauvaise, que nous avons en tête est pour nous la réalité, et a tendance à se réaliser.
2. La première faculté de l'homme est l'imagination

3. Quand il y a lutte entre l'imagination et la volonté, c'est toujours l'imagination qui l'emporte sans a
4. Lorsque la volonté et l'imagination sont en accord, elles font plus que s'ajouter, elles se multiplient
5. L'imagination peut être conduite.

Émile Coué formalise sa méthode en une phrase et engage ses patients à répéter vingt fois de suite et t

" Tous les jours et à tous points de vue, je vais de mieux en mieux"