

LE CERVEAU N'A AUCUNE LIMITE

Nos certitudes limitantes verrouillent inconsciemment en amont nos possibilités de développement. Cela ne demande pas plus d'énergie d'être dans un schéma ou dans l'autre et pourtant le résultat d'une certitude limitante peut être catastrophique ou douloureux.

Il n'y a rien d'impossible à penser positivement. Cela demande de **l'entraînement quotidien** pour faire faire de nouveaux apprentissages à notre cerveau. Ce qui est impossible aujourd'hui est le possible de demain. Vos parents et votre entourage ne sont pas parfaits et ne savaient pas quand ils vous ont transmis des croyances inadéquates :

- Tu n'es pas un matheux, tu ne pourras jamais faire médecine !
- Jamais nous ne t'autoriserons à avoir un scooter car tu pourrais avoir un accident !
- Inutile de faire de longues études, les femmes sont très rares dans la hiérarchie à cause du plafond de verre !
- Pourquoi avoir des enfants maintenant, la Terre est foutue ?...

Quand vous étiez un enfant, vos parents étaient des figures emblématiques dont vous dépendiez, et auxquels vous vouliez faire plaisir. **Mais vos parents et la société peuvent se tromper.**

- Philippe Croizon, un homme sans bras et sans jambe traverse la Manche.
- Une américaine de 55 ans devient championne olympique de Taekwondo. Elle avait commencé à 44 ans cette discipline.
- Un homme de 60 ans parcourt la Terre à pied.
- Des japonais de plus de 90 ans continuent de travailler tous les jours.
- Un homme de 65 ans passe son bac.
- Un homme apprend la boxe Thaï à 18 ans et devient champion du monde à 19, etc.

Quand vous pensez que vous ne pourrez jamais y arriver, jamais apprendre, jamais pardonner, que vous ne pourrez pas... Vous pouvez **stopper tout de suite cette petite voix** intérieure et noter ce que vous voulez au positif. Vous pouvez à tout moment, remettre en question vos croyances limitantes car elles vous emmènent loin de ce que vous voulez vraiment. **Si tout était possible, que pourriez-vous faire ?**

Pour voir la fiche et les documents attachés, rendez-vous sur
<https://coachingways.360learning.com/course/play/5efdfc313273fb167ef16c3f>