

## Les croyances fondamentales

Les croyances fondamentales sont comme des aimants. Elles sont toujours en train d'**attirer** des preuves qui les confirment. Plus elles rassemblent de preuves, plus elles deviennent fortes.

Malheureusement, elles **repoussent** tout ce qui ne coïncide pas avec ce qu'elles croient. Il devient difficile de voir ou croire quoi que ce soit qui les contredise ou les ébranle.

Les croyances fondamentales ne sont pas des faits réels, et avec de la persévérance, elles peuvent être altérées.



### Je suis stupide

J'ai raté mes examens quand j'avais 15 ans

Je suis dyslexique et mon professeur à l'école m'a dit que je ne serai jamais bon(ne) à rien

J'ai perdu mon calme et crié après mes enfants

Je dirige ma propre entreprise avec succès depuis 23 ans

J'ai gagné le quiz, au bar, avec mes amis

mon passe-temps est la photographie et j'ai exposé mes photos dans un événement national



### Je suis indigne d'être aimé(e)

ma mère ne m'a jamais dit qu'elle m'aimait

Je n'ai jamais gardé un petit ami plus de six mois

mes ami(e)s ont été à une fête sans m'inviter

mon compagnon actuel dit qu'il m'aime

Je suis une personne aimable et j'ai toutes les qualités que je trouverais attachantes chez une autre personne

ma sœur et moi sommes très proches