

# LE SANCTUAIRE DE LA PENSÉE POSITIVE

*VOTRE OUTIL POUR POSITIVER AU QUOTIDIEN !*



*UN OUTIL DU SITE PENSER ET AGIR*

<http://www.penser-et-agir.fr>



Crédits photo :

Page de couverture : <http://fr.fotolia.com/id/43535323>

Illustrations des pages : [Paul Bica](#)

Ce livre est sous [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 non transposé](#), ce qui signifie que vous êtes libre de le distribuer à qui vous voulez, à condition de ne pas le modifier, et de toujours citer l'auteur **Mathieu Vénisse** comme l'auteur de ce livre, et d'inclure un lien vers <http://www.penser-et-agir.fr>.



« **Le sanctuaire de la pensée positive** » de [Mathieu Vénisse](#) est mis à disposition selon les termes de la [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 non transposé](#).

Les autorisations au-delà du champ de cette licence peuvent être obtenues à :

<http://www.penser-et-agir.fr/contact/>.

## LA FORMATION EXPRESS (FORMATION GRATUITE)

Le Sanctuaire de la Pensée Positive est un complément à la Formation Express de Penser et Agir.



- **11 Fiches Action professionnelles** bourrées de conseils pratiques applicables immédiatement pour aller de l'avant
- **11 vidéos de coaching** pour booster votre confiance
- **1 carnet de bord** pour vous obliger vous-même à **passer à l'action**
- Ainsi que **de nombreuses autres surprises...** (dont l'outil que vous avez entre les mains aujourd'hui)

Pour participez gratuitement à Formation Express, cliquez sur le bouton suivant :

Accès Immédiat >>

## AVANT-PROPOS

### Pourquoi cet outil ?

L'outil que vous avez entre les mains a été créé en complément de **la Fiche Action n°10 de la Formation Express de Penser et Agir**. Cet outil aborde le thème de la motivation et plus précisément de l'auto-motivation.

L'idée psychologique principale que cet outil exploite est *« la pensée positive »*. L'hypothèse de base est simple : *« au lieu de se focaliser sur les événements négatifs auxquels vous avez été confrontés, focalisez vous sur les événements positifs »*.


Grâce à cet outil vous allez pouvoir noter dans les cases prévues à cet effet tous événements positifs de votre vie afin de vous en rappeler ultérieurement. Lors d'une baisse de motivation, relire ce carnet sera d'une grande aide.


Si vous n'êtes pas encore inscrit à la Formation Express, je vous encourage vivement à le faire pour pouvoir comprendre pourquoi j'ai créé cet outil et comment le mettre en pratique.


[>> Cliquez ici pour vous inscrire gratuitement à la Formation Express](#)


### Offrez cet outil à vos proches !


Si cet outil vous plaît, n'oubliez pas que vous êtes libre de l'offrir à qui vous le souhaitez à condition ne ne pas en modifier le contenu.

















































































































































































## ET MAINTENANT ?

### Avez-vous aimé cet outil ?

J'espère que vous avez apprécié cet outil autant que j'ai eu de plaisir à l'imaginer et à le concevoir. N'oubliez pas que vous êtes libre de l'offrir à qui vous le souhaitez à condition de ne pas en modifier le contenu.

### Encore plus de contenus exclusifs ?

Vous êtes déjà [inscrit à la Formation Express](#) et vous désirez accéder à de nouveaux contenus exclusifs et complémentaires ? Pas de problème ! [Devenez fan de Penser et Agir](#) sur Facebook :



*Je vous souhaite de réussir tout ce que vous entreprenez !*

*Mathieu Vénisse*