Transcription

Gabarit 3 – MI[N]DSET – Notion *(Notion)*

Donc, maintenant, vous êtes prêts à apprendre et à utiliser la notion des dimensions. Encore une fois, avec le modèle 3A. Donc, avant de continuer discutons brièvement de ce qu'est une notion. Ainsi, une notion pourrait également être appelée un concept ou une croyance, ou même une théorie que nous pouvons avoir sur nous-mêmes ou sur les autres et sur n'importe quoi dans le monde.

Donc, c'est comme une théorie ou quelque chose comme ça, des idées que nous pouvons avoir de nous-mêmes dans le monde. Certains d'entre eux peuvent être assez fixes et constants, alors que d'autres peuvent être transitoires et bref. Et bien souvent, ils ne sont pas conscients, mais peut être inconscients. Par exemple, nous pouvons croire que nous avons de la valeur ou que nous n'en avons pas, que nous sommes aimables ou non en fonction de notre pensée.

Ainsi la notion pourrait être « je ne suis pas aimable parce que mes parents ne m'aiment pas », par exemple, ou « je ne suis pas digne… ». Nous pouvons avoir des raisons ou des explications pour lesquelles nous nous sentons comme ça et cela peut être je suis supérieur à ces gens. C'est peut-être ce sont des bonnes ou mauvaises personnes, ou ils sont dignes de confiance, ou pas dignes de confiance. Cela pourrait concerner le monde…le monde n'est pas certain, etc.

Donc, la façon d'essayer d'arriver à ce que peuvent être les notions ou les concepts que nous tenons et qui peuvent effectivement influencer notre expérience au jour le jour, c'est assez complexe, donc il s'agit de forger ou de formuler des phrases comme je l'ai fait auparavant. Donc permettez-moi de commencer par « je suis… » ou « j'ai appris » ou ils sont, et ils ont etc.

Essayez simplement de faire des phrases qui peuvent représenter ce qui soutien vos notions donc vos propres croyances. Ce ne sont évidemment pas très précis et c'est peut-être même pas la vérité, mais c'est une approximation de ce que nous pensons et de ce que nous voulons faire ou ce que nous pouvons faire, même si inconsciemment. Donc, ces notions peuvent nous faire en termes d'expérience ou réactions et elles peuvent nous aider à nous comprendre nous-même et à comprendre le monde. Alors, bien sûr, ce sont des approximations, mais elles sont utiles pour essayer de se définir, de se formuler, de mieux comprendre, de se comprendre. Et cela se fait par des observations et des réflexions. Donc, ce sont ce qu'on appelle des « notions ». Ainsi nous pouvons les définir en utilisant des modèles après avoir fait toutes les observations et analyses, et nous pouvons voir quelles peuvent être les phrases qui

© 2019 N^{O} ENREG. 1155920 JACQUES BRADWEJN TOUS DROITS RÉSERVÉS

représentent les notions que nous avons et qui seront la dimension finale de l'observation de la compréhension. Et, encore une fois, après avoir fait cela sur plusieurs moments du présent ou même de manière rétrospective dans le passé ou en prévision du futur, nous pourrons être en mesure d'observer un moment d'une manière très multidimensionnelles, donc de manière très approfondie et dynamique. Nous pouvons voir comment les notions peuvent être au cœur et influencer ce que nous ressentons. Ils peuvent influencer aussi comment nous sentons réellement physiquement, comment nous pensons, comment nous trouvons de mode intérieur et extérieur ou extérieur – intérieur, et les mécanismes que nous utilisons et éventuellement ça peut même influencer comment nous nous comportons. Ceci nous comprenons très bien, en utilisant le « mindset », le mnémonique « mindset » dont j'ai discutée.

© 2019 N^{O} ENREG. 1155920 JACQUES BRADWEJN TOUS DROITS RÉSERVÉS