



XAVIER CORNETTE DE SAINT CYR

**ÉVALUER
SON PROJET**

**POUR
DÉCOUVRIR SES
TALENTS CACHÉS**

JouVence

Dans la même collection :

Petit Cahier d'exercices des femmes atypiques, Élodie Crépel
Petit Cahier d'exercices des thérapeutes, Amandine Issaverdens et Dr Hippolyte Maurel
Petit Cahier d'exercices de rééquilibrage alimentaire et émotionnel, Mélissa Kunz
Petit Cahier d'exercices du lâcher-prise, Rosette Poletti
Petit Cahier d'exercices d'estime de soi, Rosette Poletti
Petit Cahier d'exercices d'ayurvéda, Sophie Benabi
Petit Cahier d'exercices pour s'affirmer et (enfin) oser dire non, Dr Anne van Stappen
Petit Cahier d'exercices de Communication NonViolente®, Dr Anne van Stappen
Petit Cahier d'exercices pour réussir ses tirages de cartes, Ozalee Intuitive
Petit Cahier d'exercices de ma révolution intime, Mélissa Carlier
Petit Cahier d'exercices de naturopathie, Christopher Vasey
Petit Cahier d'exercices pour apprendre à s'aimer, à aimer et pourquoi pas à être aimé, Jacques Salomé
Petit Cahier d'exercices d'intelligence émotionnelle, Ilios Kotsou
Petit Cahier d'exercices pour soulager les blessures du cœur, Colette Portelance
Petit Cahier d'exercices de bienveillance envers soi-même, Dr Anne van Stappen
Petit Cahier d'exercices pour sortir du jeu victime, bourreau, sauveur, Christel Petitcollin
Petit Cahier d'exercices des fleurs à (s')offrir, Hélène Taquet et Céline Petitdidier
Petit Cahier d'exercices pour se libérer de ses peurs, André Charbonnier
Petit Cahier d'exercices de Communication NonViolente avec les enfants®, Dr Anne van Stappen et Catherine Blondiau
Petit Cahier d'exercices pour pratiquer la loi de l'attraction, Slavica Bogdanov
Petit Cahier d'exercices pour se libérer de l'alcool, Carol Dequick
Petit Cahier d'exercices de psychogénéalogie, Marie-Geneviève Thomas
Petit Cahier d'exercices pour les mamans d'étoiles, Tamara Ziebelén
Petit Cahier d'exercices pour vivre sa colère au positif, Yves-Alexandre Thalmann

ÉDITIONS JOUVENCE

Route de Florissant, 97 – 1206 Genève – Suisse
Site Internet : www.editions-jouvence.com
Mail : info@editions-jouvence.com

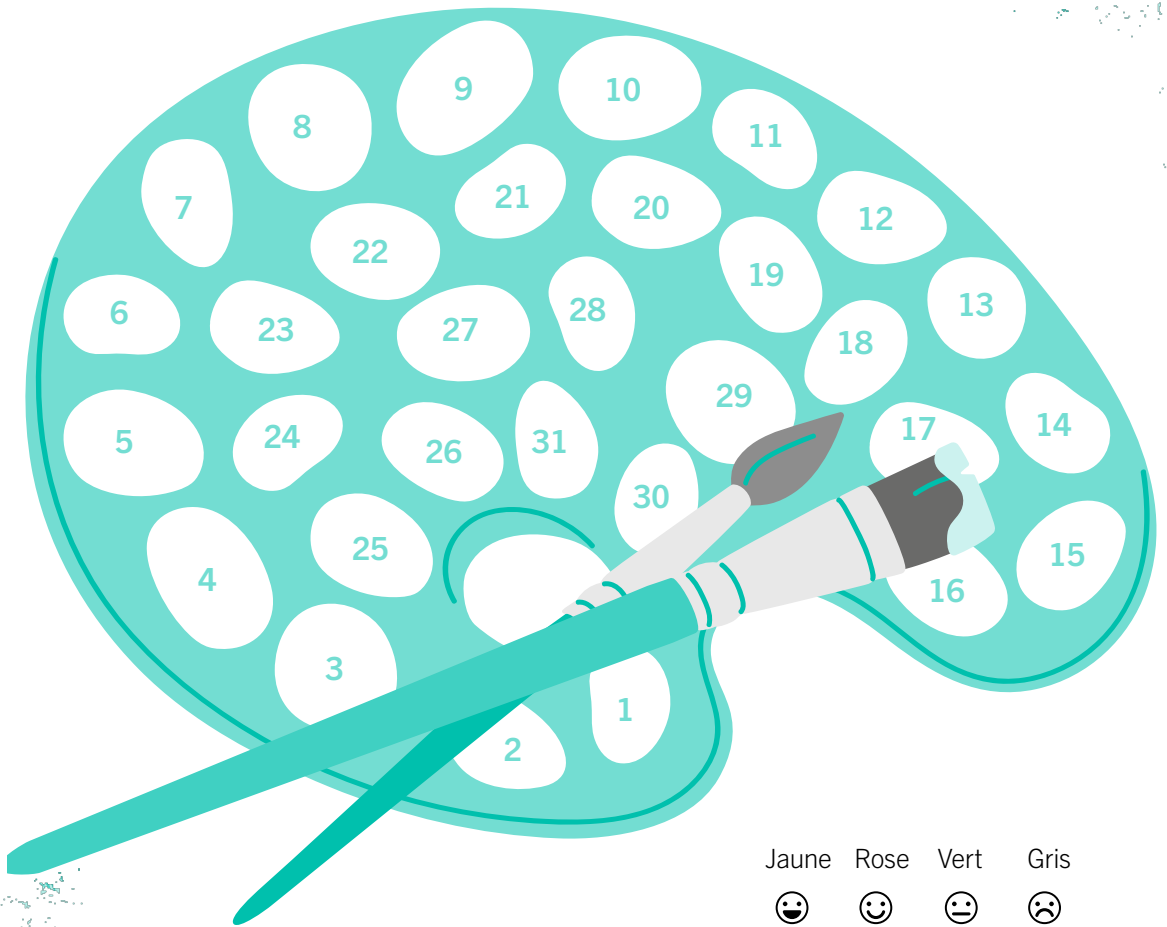
Catalogue gratuit sur simple demande.

© Éditions Jouvence, 2009
© Éditions Jouvence, 2025, pour la présente édition
ISBN : 978-2-88984-001-4

Maquette et illustration de couverture : François-Xavier Pavion
Maquette intérieure : Virginie Cauchy
Mise en pages : Frank Pitel
Illustrations intérieures : voir page 80

Tous droits de traduction, adaptation et reproduction réservés pour tous pays.

MON Mood TRACKER



Pendant un mois, coloriez une tache par jour selon votre humeur et constatez-en l'évolution au fil de la lecture de ce Cahier.

Jaune Rose Vert Gris





BEHAVIORAL DEFICIT

« La chance d'avoir du talent ne suffit pas ; il faut encore le talent d'avoir de la chance », disait Hector Berlioz. Et alors ? Est-ce qu'une telle phrase vous aide ? Si vous décidez que la chance se provoque plus qu'elle ne se trouve, vous vous mettez en action en considérant qu'elle ne s'attend pas ; il faut aller la chercher.

De proverbes...

**« NUL N'EST PLUS CHANCEUX
QUE CELUI QUI CROIT À SA CHANCE. »**

Proverbe allemand

« ON A LA CHANCE QU'ON SE FAIT. »

Proverbe italien

... en citations :

**« LES CHANCEUX SONT CEUX QUI ARRIVENT À TOUT
ET LES MALCHANCEUX, CEUX À QUI TOUT ARRIVE. »**

Eugène Labiche

**« LA CHANCE EST LA FACULTÉ DE SAISIR
LES BONNES OCCASIONS. »**

Général Douglas MacArthur

Quelle est la différence entre un malchanceux et un chanceux ?

Le premier dit : « Il est trop tôt, je ne peux pas », puis déclare : « Il est trop tard, je ne peux plus. »

Le second affirme : « C'est maintenant, je peux et j'y vais. »

Vous voyez que chacun peut décider de croire en quelque chose qui l'aide... ou qui le dessert. Oui, si vous le décidez, vous aurez de la chance, celle de découvrir vos talents cachés !

Alors, venez découvrir les moyens de réaliser vos rêves et de donner à votre vie ce petit piment qui en fait toute la saveur et, tout simplement, vous R-É-A-L-I-S-E-R !

Du mot **talent**, on demande souvent de quoi il s'agit, si tout le monde en a, comment les trouver et si l'on peut les perdre ou... les développer ?

On trouve également des « réponses » toutes faites, des **a priori** : « Moi ? Je n'ai pas de talent ! », « C'est pour les autres », « Si j'avais du talent, ça se saurait ! » Qui d'entre nous n'a pas, un jour, dit ou entendu ce genre de « vérités » ?

Ce livre va vous révéler vos secrets pour vous développer, pour faire mieux, pour que votre vie soit à la hauteur de ce que vous en attendez ! Rien que ça ! Et avant que le doute n'arrive, prenez comme axiome de base que **c'est possible**.



Écrivez ci-dessous en noir, en bleu, en rouge et en vert
la phrase suivante :




« J'ai des talents et je vais les exploiter. »



LE PETIT DESIGNER

Votre entrée dans la vie



Vous, aujourd'hui

Cette échelle ci-dessus résume votre vie.

Notez-y les événements positifs et importants qui l'ont ponctuée, où vous avez été acteur. Ne mentionnez pas de drame ni d'échec. Notez vos **réussites** qui vous ont mis dans une belle énergie et dont vous avez été fier. Soyez concis : une date et quelques mots.