

N° 1413  
1414

# Les Tablettes Lorraines

Votre bi-hebdo économique et régional

agence  
**PILE**  
**FACE**  
les bons côtés  
de la  
com'

Conseil & Création  
Publicitaire  
www.pileouface.fr  
03 83 98 41 20

Journal habilité à publier les annonces judiciaires et légales pour l'ensemble de la Meurthe-et-Moselle  
Abonnement annuel : 50 € - Le n° : 0,60 € - ISSN : 0755-7442 - N° CPPAP : 0610 1 86741 - Internet : www.tabletteslorraines.fr

## Alterboutique : de l'éthique à consommer



Jean-Marie Benoît, le président de la Chambre de Métiers et de l'Artisanat de Meurthe-et-Moselle tire la sonnette d'alarme face au manque cruel annoncé de jeunes à venir en Lorraine. La relève des artisans est loin d'être assurée.



Khaled Zainine, le «monsieur conjoncture» de la Chambre régionale de Commerce et d'Industrie de Lorraine vient de présenter les résultats de l'Observatoire des entreprises de la Meuse. L'activité reprend timidement mais pas l'emploi.



Luc Teyssier d'Orfeuil, coach parisien de Pygmalion Communication, participera au premier Congrès International sur la Méthode Coué, annoncé à Nancy début septembre. Entretien avec celui qui met en place cette méthode au sein des entreprises.

# otodoo

Création de sites web et de logiciels sur mesure



03 83 56 64 97  
www.otodoo.fr  
contact@otodoo.fr

**70%** de vos nouveaux contacts vont visualiser votre site web avant de vous rencontrer.

identité graphique - ergonomie - audit - conseil - formation - référencement - e-commerce - web marketing - extranet - cloud - systèmes d'information

Luc Teyssier d'Orfeuil, coach adepte de la Méthode Coué

# «C'est notre imagination qui nous guide»

**N**ancy accueille, du 2 au 3 septembre à la faculté de pharmacie, le premier Congrès international sur la Méthode Coué. Un concept qui fait parfois sourire mais qui s'avère pour ses adeptes plus que bénéfique. C'est le cas de Luc Teyssier d'Orfeuil, coach parisien de Pygmalion Communication et co-auteur de «La Méthode Coué Autosuggestion consciente» (édition Eyrolles). Il interviendra sur la mise en application de cette méthode au sein des entreprises.

**Les Tablettes Lorraines : La Méthode Coué dans l'entreprise ! C'est sur ce thème que vous allez intervenir au premier congrès international sur ce concept à Nancy début septembre. Coué dans l'entreprise, cela peut prêter à sourire, non ?**

**Luc Teyssier d'Orfeuil :** C'est le stéréotype récurrent souvent présent ! Tout le monde a dans l'esprit le sketch de Dany Boon «Je vais bien, tout va bien...», mais on oublie souvent que cette méthode, conçue par le pharmacien nancéen Emile Coué et publiée pour la première fois en 1905, permet à chacun à se projeter vers la réussite par l'exercice de l'autosuggestion consciente et qu'elle se base sur des postulats et des lois

**Quels sont ces postulats et ces lois ?**

Toute pensée que nous avons en tête devient une réalité dans la limite du raisonnable. C'est le premier postulat, en somme si j'ai des pensées positives il est plus que probable de me voir arriver de bonnes choses. Le problème en France, notamment, c'est que nous sommes les champions de l'autosuggestion négative et de la culture personnelle de l'échec. Par exemple, quand vous allez dans une réunion et que vous vous dites que cela va mal se passer, c'est souvent ce qui se

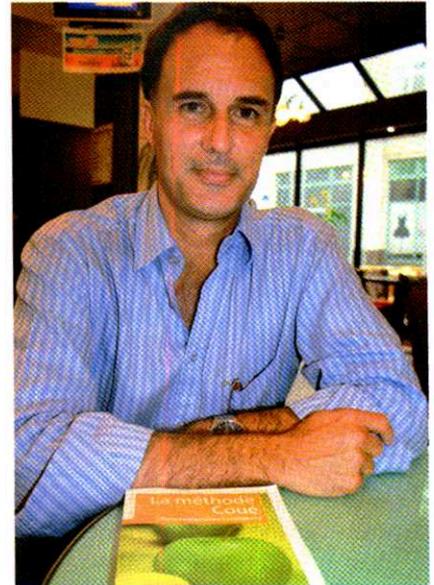
déroule. A l'inverse, si vous vous entraînez à trouver du positif, tout se passera bien. Pour une pensée négative, il faut cinq pensées positives. C'est là qu'intervient le deuxième postulat : contrairement à ce que l'on enseigne, ce n'est pas notre volonté qui nous fait agir, mais notre imagination. C'est l'imaginaire et l'inconscience qui nous guident. L'imagination l'emporte toujours sur la volonté contrairement au vieil adage gaulois «quand on veut, on peut».

**Si l'imagination est plus forte que la volonté, comment peut-on conduire notre imagination ?**

L'imagination peut être conduite ! C'est d'ailleurs la dernière loi qui est au cœur de la révolution de Coué. Et c'est par cette loi et son utilisation simple et habile que nous pouvons acquérir la maîtrise de nous-même.

**Comment ?**

Il est possible de «conduire» son imagination dans le sens que nous souhaitons grâce à deux grandes techniques, celle de la visualisation et celle de la programmation de notre langage. L'autosuggestion consiste à se répéter mécaniquement des phrases qui agissent de façon automatique dans votre inconscient et vont vous permettre de générer les comportements qui vont produire le résultat attendu. Elle produit des résultats inexplicables rationnellement. La visualisation permet de se transposer dans une situation et d'imaginer comment cela va se passer. Créer des images de manière consciente pour s'influencer, c'est de l'autosuggestion consciente. Se voir ou se visualiser en train d'agir, c'est programmer son imaginaire par la puissance des images et inciter notre inconscient à générer les comportements permettant de reproduire ce que nous avons vu en images dans notre film. Le



«Tout le monde peut s'approprier la Méthode Coué et la mettre en œuvre», assure Luc Teyssier d'Orfeuil, l'un des instigateurs du premier Congrès international sur la Méthode Coué, annoncé début septembre à Nancy.

tout est lié à cette fameuse imagination qui est le grand directeur de toutes nos fonctions. Il faut juste apprendre à la contrôler.

**Dans votre métier de coach, vous appliquez cette méthode au sein des entreprises. Quels en sont les retours ?**

Au départ, certains sont un peu réticents voire moqueurs mais au fil des séances on remarque que les choses agissent. Tout le monde peut s'approprier cette méthode et la mettre en œuvre. Vous pouvez apprendre à faire agir votre imagination pour éviter les pièges du scénario négatif et jouir des bienfaits de la pensée positive. 

**Pour plus d'infos**  
[www.congresmethodecoue.com](http://www.congresmethodecoue.com)  
[www.methodecoue.com](http://www.methodecoue.com)