



# POÈME À LIRE DANS LES 2 SENS POUR SE REDONNER CONFIANCE

1. Lire de haut en bas
2. Lire de bas en haut : la dernière ligne, puis l'avant-dernière etc.

PREND LA VIE DANS LE

**BON SENS**

**Je suis un gros nul**

Personne n'ose penser que

Je suis capable d'accomplir de grandes choses

Je sais que

Je raterai tout ce que j'entreprendrai

Je ne crois plus que

Je peux réussir

Je suis persuadé que

Je ne vauds rien

J'ai arrêté de me dire que

J'ai confiance en moi

Je suis convaincu d'une chose :

Je suis quelqu'un d'inutile

Et ce serait idiot de penser que

**Je suis une belle personne**