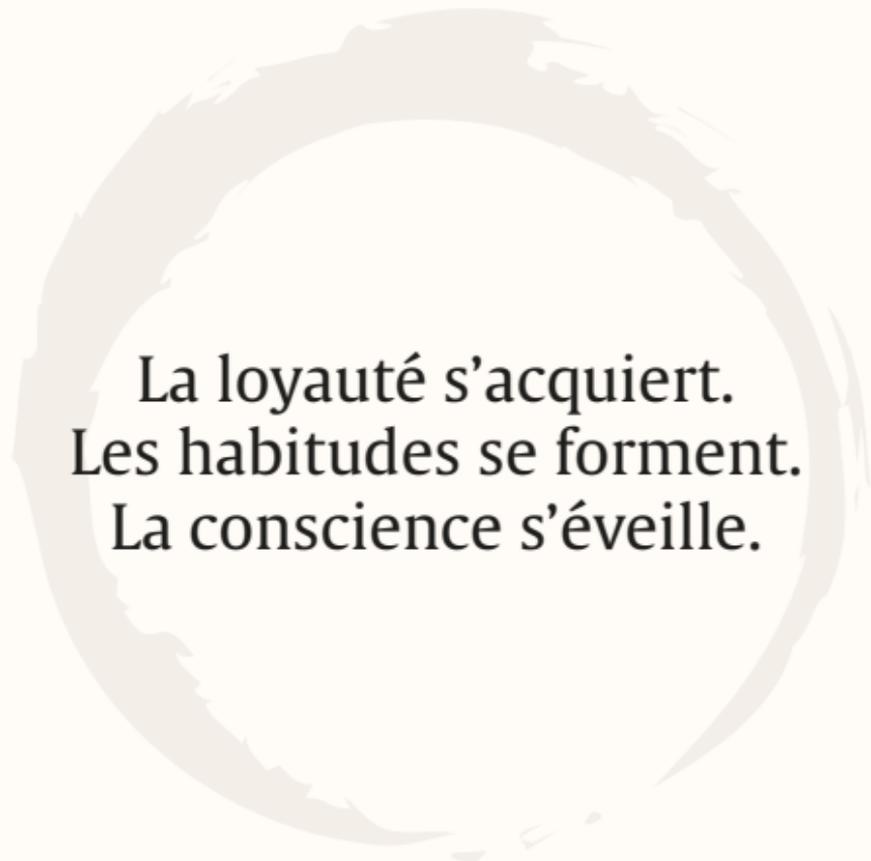


THÉORIE

7



La loyauté s'acquiert.
Les habitudes se forment.
La conscience s'éveille.

THÉORIE

14



Être en contact
avec soi-même grâce
à la mise en place
d'une palette
de bonheurs simples.

EXERCICES

102



Se rapprocher
de soi-même.

EXERCICES

103



Lire son environnement.

EXERCICES

104



**Clarifier
ses lignes de force.**