

## DES DECISIONS PRISES EN ACCORD AVEC MON ÊTRE

---

Nous vous proposons de vous rendre attentif à des moments récents où vous avez pris des décisions en fidélité au meilleur de vous.

En prendre conscience est important pour mieux vous connaître, et vous motiver à progresser dans cette fidélité à vous-même.

### TPA 2.1 Des décisions en accord avec mon être

Je repère un acte que j'ai posé, ou une décision que j'ai prise, dans les derniers jours ou dernières semaines, **où je me suis senti.e en accord avec moi-même, fidèle au meilleur de moi**. Ce peut être une décision très ordinaire.

Je nomme la décision.

A quel(s) aspect(s) de mon être ai-je été fidèle ?

Qu'est-ce que ça a produit en moi ? et dans ma vie ?

Si vous le pouvez, refaites l'exercice plusieurs fois au cours de la séquence, afin d'approfondir la découverte de vous-même.