

# Méditation

Le corps & l'esprit en parfaite harmonie

**ÉCOUTER  
SON INTUITION  
MODE D'EMPLOI**  
.....

**VIE PRO  
JE TROUVE  
MON IKIGAI**  
.....

Et si je profitais  
**DU MOMENT  
PRÉSENT ?**

**TECHNIQUE  
RESPIRER EN  
CONSCIENCE**  
.....

**RENCONTRE AVEC  
JONATHAN LEHMANN  
LA VOIX DU BONHEUR**  
.....

**20**  
SÉANCES DE  
MÉDITATION

*inspirations* : Astrologie • Hygge • Deuil • Bouddhisme tibétain

BELEX 16.50 € - DOMUS 6.95 € - CHU 10.20 CHF  
NCAUS: 850XDF - POL/S: 960 XDF

L 18987 - 6 - F: 5,95 € - RD

