

« Il est temps de rallumer les étoiles. »

GUILLAUME APOLLINAIRE

Couverture et mise en pages intérieure :
www.extra-bold.be
Illustrations : istock
Photographie : Marie de Decker

Toutes reproductions ou adaptations d'un extrait
quelconque de ce livre, par quelque procédé que ce soit,
réservées pour tous pays.

© Éditions Racine, 2024
Tour & Taxis, Entrepôt royal
86C, avenue du Port, BP 104A - B-1000 Bruxelles

D/2024/6852/49
Dépôt légal : novembre 2024
ISBN : 9782390253112

Imprimé aux Pays-Bas



Retrouvez tous les outils
mentionnés dans cet ouvrage en
scannant le QR code ci-contre.
Pour prendre contact avec l'auteur :
beatrix.charlier@p-op.lu

SOMMAIRE

Introduction

UN NOUVEAU SENS 7

Partie 1

DÉCOUVRIR SES TALENTS 13

1. La Pyramide des talents 14
2. À la découverte de vos talents naturels 34

Partie 2

TROUVER SA VOIE 97

1. Peut-on tous être contributeurs ? 98
2. Comment trouver sa voie ? Le parcours de Claire 103
3. De quelles intelligences avez-vous besoin pour votre projet ? 112
4. Valider votre projet de contribution 132
5. Définir votre niveau d'engagement 133

Partie 3

ACTIVER SES INTELLIGENCES MULTIPLES 139

1. Activer son intelligence intrapersonnelle 140
2. Activer son intelligence rythmomusicale 147
3. Activer son intelligence visuospatiale 155
4. Activer son intelligence kinesthésique 163
5. Activer son intelligence naturaliste 168
6. Activer son intelligence existentielle 173

7. Activer son intelligence logicomathématique	178
8. Activer son intelligence verbolinguistique	185
9. Activer son intelligence interpersonnelle	191

Partie 4

RECONNAÎTRE ET ÉVITER LE PIÈGE DES EXCÈS 201

1. Votre intelligence intrapersonnelle est-elle en excès ?	202
2. Votre intelligence rythmomusicale est-elle en excès ?	205
3. Votre intelligence visuospatiale est-elle en excès ?	210
4. Votre intelligence kinesthésique est-elle en excès ?	214
5. Votre intelligence naturaliste est-elle en excès ?	216
6. Votre intelligence existentielle est-elle en excès ?	220
7. Votre intelligence logicomathématique est-elle en excès ?	224
8. Votre intelligence linguistique est-elle en excès ?	228
9. Votre intelligence interpersonnelle est-elle en excès ?	230

Partie 4

**SURFER SUR LA VAGUE DE CE MONDE
EN PLEINE MUTATION** 235

1. Les quatre vertus nécessaires pour s'adapter au monde qui mute	236
2. Les postures face au monde qui bouge	240
3. De l'apprentissage à l'apprenance	244
4. Apprendre de nos maîtres	248

CONCLUSION 255

« Nous n'avons pas les mêmes chemins, ni les mêmes aptitudes. Soyons à la hauteur de notre chance, arrimé à nos contemporains, conscient de tout et dupe de rien. Ayons le courage d'être heureux, l'audace de l'émerveillement, cette capacité à s'enthousiasmer dans l'instant présent de nos vies, de nos boîtes, de notre époque. C'est la force morale des gens ordinaires, celle que nous devons cultiver, développer collectivement dans ce monde qui est le nôtre. Plus qu'un droit, c'est désormais un devoir. »

EMMANUELLE DUEZ,
FONDATRICE DE THE BOSON PROJECT



PARTIE 2.

TROUVER SA VOIE

Trouver sa voie est une aventure personnelle et unique. Dans cette deuxième partie, je vous invite à découvrir votre *topos*, cet endroit où vos talents et vos aspirations se rejoignent, vous guidant vers le type de contributeur que vous souhaitez devenir.

Ce voyage, c'est d'abord l'opportunité de faire le point sur là où vous en êtes aujourd'hui. C'est reconnaître et apprécier le chemin que vous avez déjà parcouru, avec vos petites et grandes victoires qui vous ont amené jusqu'ici. Mais c'est aussi l'occasion de rêver, de vous ouvrir à de nouvelles possibilités et d'explorer les parties de vous-même qui attendent d'être réveillées et développées.

Nous vivons dans une société qui nous offre la liberté de choisir notre parcours. Ce livre n'a pas pour ambition de vous dire ce que vous devez faire, mais plutôt de vous offrir des outils pour mieux comprendre ce qui vous inspire et comment vous pouvez aligner vos talents à vos aspirations. Chaque pas que vous faites vers la découverte de votre *topos* est une étape de plus vers une vie qui vous ressemble vraiment, une vie où vous pouvez contribuer à votre manière, dans le respect de qui vous êtes, pour construire le monde de demain.

En effet, pour moi, ce qui est important et ce que les temps nouveaux nous disent, c'est que trouver sa voie aujourd'hui revient à contribuer d'une manière ou d'une autre.

1. Peut-on tous être contributeurs ?

Pour comprendre le sens du terme « contribuer », je vous propose de nous pencher sur son étymologie.

Contributeur se dit d'une personne qui prend part à la réalisation d'un projet, d'une entreprise ; se dit d'une personne qui contribue. **Contribuer** est un verbe d'action qui contient deux dimensions qui lui donnent tout son sens : collaboration (le préfixe « con » vient du latin *cum*, qui signifie « avec ») et partage (le suffixe « tribuer » vient du latin *tribuere*, qui signifie « donner », « distribuer »).

Un contributeur est quelqu'un qui donne de ses ressources (son temps de vie, ses talents, son énergie) et pose des actions pour prendre part à la coréalisation d'un projet. Il s'engage à construire avec d'autres un futur, le monde de demain.

Pour être un contributeur, il est donc indispensable d'avoir conscience de ses propres ressources. Je ne parle pas d'argent, qui n'est qu'un moyen. Nous avons mieux, plus à donner qu'une partie de notre capital monétaire. Les ressources que je nomme sont des ressources conscientisées :

- › **Notre temps de vie.** Cette formulation me vient des jeunes et a l'avantage d'éclairer que pour une grande majorité d'entre eux, le temps n'est pas de l'argent, mais une part comptée de notre vie. Que faire de ce temps, à quoi, à qui le dédier ? Répondre à cette question sous-entend que nous avons décidé de ne pas céder à la torpeur, à la peur ambiante. Répondre à cette question, c'est déjà se positionner comme un être conscient de ce qu'il veut faire de sa vie. « Si la vie n'est qu'un passage, sur ce passage, au moins semons des fleurs », dit Michel de Montaigne. Or, il faut bien le reconnaître, dans ce « siècle des égarés²⁸ », si beaucoup se posent la question, peu y apportent une réponse

construite et personnelle. Je reste perplexe face au nombre croissant de personnes en quête de réorientation professionnelle qui se lancent soit dans le coaching, soit dans l'entrepreneuriat. Quelle méconnaissance de soi et de la réalité de ces deux fonctions ! Il s'agit trop souvent d'un choix par copiage d'un modèle présenté comme séduisant par des vendeurs de rêve plutôt qu'une vraie connaissance des responsabilités et des risques encourus ou, plus important encore, des talents requis ! Fort heureusement, la palette des voies professionnelles est riche et en constante évolution.

- › **Notre énergie vitale.** Nous n'avons pas toutes et tous le même capital énergétique ni la même force vitale. Ceci ne dépend pas de notre simple volonté, mais de notre capital physique et psychologique. Contribuer de manière saine et juste, c'est donner ce que nous pouvons sans aller au-delà, sans nous épuiser, sans nous sacrifier. Contribuer doit rester un acte positif et inspirant. Contribuer est l'affaire de tous, quel que soit notre âge. Contribuer ne dépend pas d'un contexte lié au travail. Nous pouvons avoir une « vie active » ailleurs. Il n'y a ni date de péremption, ni contexte particulier, ni diplômes requis pour contribuer.
- › **Nos talents.** Nous l'avons vu, il s'agit de nos intelligences actives, de nos forces. Or, peu d'adultes et encore moins d'enfants et de jeunes sont conscients de leurs talents et sont capables de les nommer. Détecter ses propres forces est un préalable pour contribuer de manière efficace. Sans cela, le risque est soit de penser que nous sommes dépourvu de talent – ce qui est faux, nous sommes tous intelligents et différents –, soit de nous restreindre à ce que nous savons faire et le reproduire à l'infini, sans chercher à se développer. Soit à nous calquer sur les talents d'un autre pour vivre par procuration. « Soyez vous-même, tous les autres sont déjà pris », dit Oscar Wilde. Nous devrions toutes et tous avoir une connaissance intime de nos talents pour

28 Julia de Funès, *Le Siècle des égarés*, Paris, L'Observatoire, 2022.

prendre notre place et nous inscrire dans cette vie. Ce trousseau de clés devrait nous être livré à la sortie de l'école. Il a bien plus de valeur qu'un diplôme, aussi prestigieux soit-il. Et c'est tout l'objet de ma méthode et de ce livre : identifier vos talents grâce à la Pyramide des talents pour aller à la recherche de votre *topos*.

Mais pouvons-nous tous être contributeurs ? C'est une question qui revient souvent, toutes générations confondues, lorsque je livre l'analyse de leurs talents aux personnes en quête de sens. Certaines pensent même qu'il est essentiel de quitter leur poste actuel pour se lancer en tant qu'indépendant ou devenir coach, estimant que c'est la seule façon de donner un sens à leur vie et à celle des autres. Or, cette vision est erronée. Je me penche depuis de longues années sur cette question, même si je ne l'ai pas toujours formulée de cette manière. Et je suis intimement convaincue que chacun peut, à sa manière, contribuer et apporter sa pierre à l'édifice. Fort heureusement, il existe bien des façons de contribuer et donc différents types de contributeurs, que ce soit dans l'entreprise ou hors de celle-ci. Et les différents types de contributeurs jouent des rôles variés, mais complémentaires dans la société. En voici quelques-uns :

- › **Entrepreneur**, qui crée sa propre entreprise en proposant une vision et une mission et qui la déploie en plan d'action pour pouvoir en vivre. Parmi les entrepreneurs, j'attire l'attention sur les artisans, essentiels à notre société.
- › **Intrapreneur**, qui développe des projets innovants avec un esprit entrepreneurial au sein des organisations.
- › **Indépendant à titre complémentaire**, qui gère une activité secondaire indépendante en plus de son emploi principal. Ce qui permet de conjuguer les *topos* en se réalisant sur un plan plus personnel tout en conservant un travail plus classique. C'est l'une des options que je propose pour développer une seconde activité et vérifier si elle est viable dans le cas d'une réorientation professionnelle.

- › **Collaborateur**, qui contribue par ses prestations à réaliser les tâches inhérentes à sa description de poste. Certains employés se voient recevoir des responsabilités via un rôle, tels que manager ou responsable de département.
- › **Étudiant-entrepreneur**, un nouveau statut qui a explosé ces dernières années.
- › **Étudiant-jobiste**, un statut qui permet à des étudiants de subvenir à leurs besoins tout en apportant un coup de main à une organisation.
- › **Chercheur**, qui mène des recherches dans divers domaines académiques ou industriels, qui poursuit des travaux de thèse. Nous en avons grand besoin pour progresser dans les savoirs, les techniques, les approches...
- › **Enseignant**, qui forme et guide les étudiants.
- › **Artiste**, qui crée des œuvres dans divers domaines artistiques (peinture, musique, théâtre, etc.) en délivrant un message.
- › **Rédacteur**, qui produit des œuvres littéraires.
- › **Philosophe**, qui explore et discute des questions fondamentales de la vie et de la société.
- › **Soignant** : médecin, infirmier, kinésithérapeute, thérapeute..., qui fournit des soins et du soutien aux autres, contribuant à leur santé.
- › **Professionnel du bien-être** : coach...
- › **Bénévole actif dans le monde associatif**, qui contribue de manière non rémunérée à diverses causes et communautés.
- › **Parent au foyer**, qui gère le bien-être et l'organisation du foyer, souvent sous-estimé dans son rôle crucial dans la société.

Et nous pouvons évidemment opérer des transitions d'un rôle à l'autre, en transposant les compétences apprises. Par exemple, une mère ou un père au foyer qui réintègre le monde de l'entreprise peut y apporter une gamme de compétences acquises à travers ses responsabilités familiales, telles que :

Lorsque nous utilisons une intelligence multiple dans un domaine où nous sommes doués, cela nous procure un sentiment de satisfaction et de réussite qui est ressenti comme agréable et gratifiant. Nous avons l'impression de relever des défis qui sont adaptés à notre niveau de compétence, ce qui est motivant. Cette sensation de compétence déclenche la libération de neurotransmetteurs tels que la dopamine, créant une sensation de plaisir et de satisfaction. De plus, lorsque nous utilisons une intelligence multiple de manière talentueuse, cela nous permet de nous exprimer de manière créative et d'explorer de nouvelles idées et perspectives. Ce qui nous offre maintes occasions de nous connecter avec les autres, d'enseigner ou de partager nos connaissances et compétences, et est très enrichissant sur le plan émotionnel.

En somme, l'utilisation d'une intelligence multiple dans un domaine où nous possédons un talent crée du plaisir en stimulant la satisfaction, la compétence et la créativité ainsi que la possibilité de nous connecter avec les autres. Chaque talent est raccordé à une valeur. Ces neuf valeurs sont autant de leviers de motivation et d'engagement : la vision, la liberté, l'authenticité, la structure, l'empathie, l'éthique, l'altruisme, la communication, l'autonomie.

Mettre au jour nos talents activés et les valeurs qui y sont attachées est essentiel pour comprendre comment nous fonctionnons et comment adapter notre mode de vie. Lorsqu'une valeur n'est pas respectée, cela peut avoir de lourdes conséquences sur notre comportement. Pour exemple, si notre intelligence intrapersonnelle est activée en talent, l'autonomie sera pour nous un levier d'engagement important, impliquant que nous avons besoin de temps pour nous et d'un espace à nous. Dès lors, si l'on nous demande de travailler en *open space* huit heures par jour, nous risquons de nous sentir envahi par la présence des autres, de présenter des signes de stress. Ce qui peut à terme conduire à une forme de démotivation.

Reconnaître nos valeurs, c'est comprendre notre fonctionnement, nos moteurs de motivation, c'est construire notre territoire, notre confiance en soi.



Même si les intelligences en elles-mêmes ne peuvent s'inter-prêter seules et si ce sont les combinaisons qui confèrent le sens, comme nous le verrons plus loin dans ce livre, l'aperçu des neuf intelligences de la Pyramide des talents vous permettra de les passer en revue et d'identifier celles qui sont très probablement activées en talent chez vous pour l'instant.

Pour vous aider dans cette exploration, vous rencontrerez, pour chaque intelligence, un témoin qui, tout comme vous, s'est ques-tionné sur ses talents naturels, les a identifiés et les utilise mainte-nant comme levier de contribution.

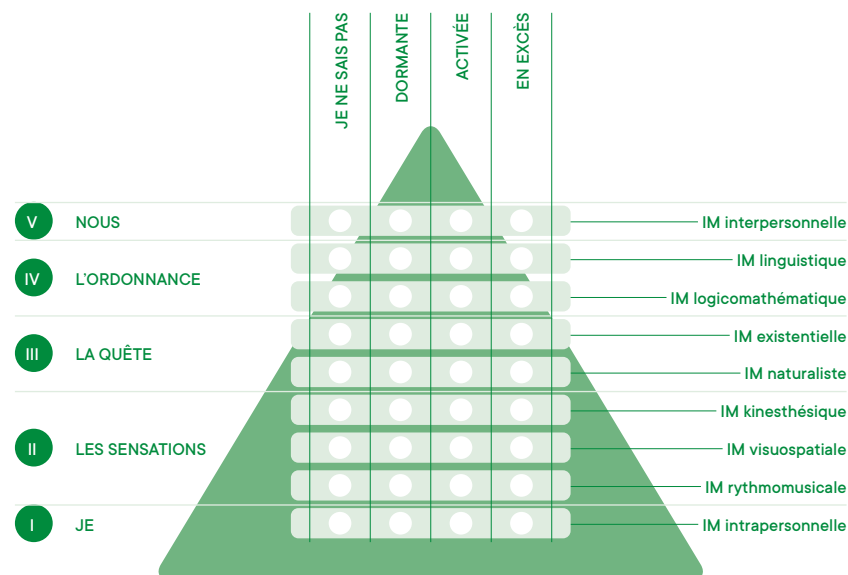
Un moyen simple pour vérifier si une intelligence est activée en talent pour vous est de vous connecter à l'émotion que vous ressentez lorsque vous la mobilisez :

- › Ressentez-vous du plaisir ?
- › Vous sentez-vous à l'aise, à votre place ?
- › Vos questions de légitimité disparaissent-elles ?
- › Recevez-vous des retours positifs de votre entourage, confirmant l'activation de ce talent ?
- › Perdez-vous la notion du temps lorsque vous exercez ce talent ?
- › Ressentez-vous une montée d'énergie ?

Si vous pensez ne pas encore posséder cette intelligence, ne vous inquiétez pas. Dans la partie 3, « Activer ses intelligences multiples », je vous guiderai étape par étape pour développer chaque intelli-gence, à votre propre rythme, en respectant votre cheminement.

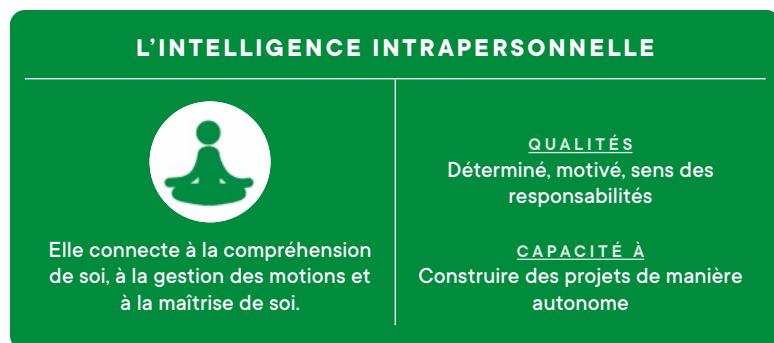
Dans ce chapitre, grâce au tableau suivant, vous pourrez facile-ment évaluer le niveau d'activation de chaque intelligence en cochant le cercle correspondant :

- › Je ne sais pas. Cela reste confus.
- › Elle est dormante, elle n'est pas (encore) activée en talent.
- › Elle est activée en talent.
- › Elle est en excès.



Ce tableau est le premier des trois outils de ce livre conçus pour vous aider à atteindre votre *topos*. Je vous invite à le compléter au fur et à mesure de la découverte de chaque intelligence multiple.

2.1. Notre fondation : « JE »



* « C'est une erreur de vivre selon le mode d'autrui et de faire une chose uniquement parce que d'autres la font. C'est un inestimable bien de s'appartenir à soi-même. » SÉNÈQUE

On reconnaît une personne qui mobilise prioritairement l'intelligence intrapersonnelle lorsqu'elle emploie régulièrement des formules utilisant des références égocentrées qui soulignent ses propres opinions, sentiments ou perspectives, du type : « De mon point de vue... », « Je suis convaincu que... », « Je crois fermement que... » ou encore « Je trouve que... », « À mon avis... », « **Mon expérience montre que...** »

A. Est-ce que mon intelligence intrapersonnelle est activée en talent ?

Cochez les cases devant les propositions suivantes et découvrez si c'est votre côté activé ou inactif qui l'emporte !

► Oui, elle est activée si :

- ☐ Je peux m'évaluer en me rendant justice et si je connais mes limites.
- ☐ Je suis capable de maîtriser mes émotions.
- ☐ J'ai besoin d'un espace à moi pour travailler, voire m'isoler du groupe.
- ☐ Je m'offre régulièrement des pauses avec moi-même.
- ☐ Je prends régulièrement le temps de dialoguer avec moi-même et de faire le point.
- ☐ Je suis bienveillant envers moi-même.
- ☐ Je ne laisse pas les autres me définir.
- ☐ Je suis conscient de ce qui est bénéfique ou nuisible pour moi dans les différents aspects de ma vie, que ce soit en termes de relations, d'alimentation, d'hygiène mentale, de bien-être physique ou de gestion du temps.

► Non, elle n'est probablement pas activée en ce moment si :

- ☐ J'ai besoin de la reconnaissance des autres pour me sentir valorisé.
- ☐ J'ai besoin d'être vu pour me sentir exister, d'où ma tendance à partager des selfies sur les réseaux sociaux.
- ☐ J'ai tendance à empiéter sur l'espace des autres car mon ego prend trop de place.
- ☐ J'ai peur du jugement des autres et du regard qu'ils portent sur moi.
- ☐ Je me laisse souvent submerger par mes émotions, des larmes à la colère.
- ☐ Je me sens dominé, non respecté par les autres.
- ☐ Je passe souvent après les autres, au point de ne plus avoir de temps pour moi.
- ☐ Je préfère rester en retrait, passer inaperçu pour observer, écouter et analyser sans être identifié.

► Quelques pistes pour (ré)activer l'intelligence intrapersonnelle :

- › Pratiquer l'autocompassion
- › Enquêter sur soi-même avec la fenêtre de Johari
- › Tenir un journal intime
- › Exercer sa créativité
- › Entreprendre un coaching individuel

Lorsque cette intelligence est activée, il arrive qu'elle le soit en excès. Elle devient alors un piège et représente un véritable frein, souvent inconscient, à notre développement.

Si vous pensez que vous avez besoin de (ré)activer votre intelligence intrapersonnelle, rendez-vous à la partie 3, « Activer ses intelligences multiples », section « Activer son intelligence intrapersonnelle ».

► **Voici les deux traductions courantes d'une intelligence intrapersonnelle en excès :**

- › **Narcissisme :** on a tendance à privilégier ses propres besoins au détriment de ceux des autres qui tendent à nous encombrer. De plus, on a des difficultés à reconnaître nos erreurs.
- › **Responsabilisation excessive :** on se charge, volontairement ou pas, de plus de responsabilités que nécessaire, on endosse le rôle d'un supérieur qui est absent ou déficient.

Pour creuser la question des excès, rendez-vous à la partie 4, « Reconnaître et éviter le piège des excès ».

B. L'intelligence intrapersonnelle : ce que c'est et à quoi elle sert

Si vous traversez une période où vous vous sentez déconnecté de vous-même, si vous manquez de confiance en vous ou doutez de votre légitimité professionnelle ou encore si vous devez faire des choix importants sans pouvoir identifier clairement vos forces et vos potentiels de développement, alors il est temps de reconnaître vos atouts et vos faiblesses, d'activer vos talents dormants pour donner vie à vos rêves et gagner en estime de soi.

Pour Gardner, l'intelligence intrapersonnelle est « la connaissance introspective de soi : le sentiment d'être vivant, l'expérience de ses émotions, la capacité à les différencier puis à les nommer, à en tirer des ressources pour comprendre et orienter son comportement. Elle permet de se comprendre et de travailler avec soi-même⁸ ».

Pour ma part, je propose d'aller plus loin en la considérant comme le point de départ du développement personnel et professionnel, car elle permet de nous aligner à nos propres besoins, nos aspirations et nos valeurs. C'est l'intelligence qui nous permet de nous connaître, de nous reconnaître, de nous ancrer, de maîtriser nos émotions. Cette compréhension de soi est essentielle pour établir des objectifs clairs, identifier les marches nécessaires pour les atteindre et développer un plan d'action efficace.

Le « JE » représente notre part identitosécuritaire, qui est à différencier de l'ego qui, lui, fait référence à la perception que l'on a de soi-même et à l'estime que l'on se porte. C'est une partie de notre personnalité qui peut être influencée par notre intelligence intrapersonnelle, mais qui peut également être influencée par d'autres facteurs tels que notre environnement social, nos expériences de vie et nos interactions avec les autres.

En somme, l'intelligence intrapersonnelle peut aider à mieux comprendre son ego et à le gérer de manière plus efficace. Une

8 Howard Gardner, *Les intelligences multiples. La théorie qui bouleverse nos idées reçues*, Paris, Retz, 1993, p. 47.

personne ayant une forte intelligence intrapersonnelle sera capable de reconnaître ses forces et ses faiblesses et de travailler à les améliorer tout en gardant une estime de soi saine et équilibrée.

L'intelligence intrapersonnelle représente notre capacité à avoir conscience de soi et par extension à prendre conscience de ce que nous sommes en train de faire, de penser, de voir, de sentir. Elle est donc l'axe même de la *mindfulness* : certains moments imposent de savoir ce que l'on fait au moment où on le fait.

L'ère actuelle qui propose de se mettre en scène sur les réseaux, si elle sert les ego, ne sert pas l'activation de l'intelligence intrapersonnelle, elle la fragilise. Toutes ces personnes qui filment un événement, un but inoubliable, un anniversaire, de peur de le rater... passent à côté. Elles vivent en différé d'elles-mêmes. En cela, elles ne cultivent pas leur confiance, leur estime personnelle, ni même et surtout pas leur légitimité, leur territoire symbolique.

Cette intelligence dialogue, se combine aux autres intelligences, quel que soit leur niveau d'activation. Si elle n'est pas activée, elle nous empêche d'avoir la pleine puissance de nos capacités.

Or, cette première intelligence n'est pas activée chez tout le monde, loin de là ! Plus de 50 % des adultes qui ont réalisé le test des talents présentent un déficit dans cette intelligence. Soit ils n'ont jamais eu l'occasion de l'activer, soit elle a été désactivée en cours de route. J'expliquerai les hypothèses qui clarifient pourquoi elles ne sont pas activées dans la partie 3, « Activer ses intelligences multiples ».

« Prendre le contrôle de ma vie professionnelle n'a pas toujours été facile, mais c'est devenu une nécessité au fil du temps. En lisant la description de l'intelligence intrapersonnelle, je réalise à quel point ce besoin a évolué au cours de ma carrière. Récemment, j'ai commencé une nouvelle mission chez Inside Radio, où l'on m'a littéralement confié les clés d'une station de radio naissante. Tout est à construire, et cette responsabilité me comble. Bien sûr, j'ai une équipe autour de moi, mais elle compte sur l'expertise que j'ai développée au fil des ans, notamment avec L'essentiel Radio.

À travers mes expériences, qu'il s'agisse de la création de podcasts ou de ce nouveau défi, j'ai appris à me connaître. Aujourd'hui, je sais ce que je vaud et ce que je veux. Cette certitude m'apporte une force intérieure inébranlable, qui me protège des influences négatives et me donne la confiance nécessaire pour avancer.

Mon parcours professionnel a souvent été marqué par des périodes de doute et de remises en question. J'ai quitté des environnements qui ne me correspondaient plus, et à chaque fois, cela a renforcé ma conviction que je devais suivre mon propre chemin. Ce n'est pas toujours facile, mais rester fidèle à moi-même, faire des choix en accord avec mes valeurs m'a permis de ne jamais perdre de vue ce qui est essentiel pour moi.

À travers mon travail, que ce soit à la radio ou via mes podcasts, j'essaie d'apporter ma vision, mon expertise et mon expérience pour créer quelque chose de significatif. Mais au-delà de cela, je veux montrer qu'il est possible de reprendre les commandes de sa vie et de vivre selon ses propres termes.

En fin de compte, mon intelligence intrapersonnelle m'a appris que le véritable *leadership* commence par la maîtrise de soi. En se connaissant profondément et en trouvant la paix intérieure, on devient non seulement capable de se diriger soi-même, mais aussi d'inspirer et de guider les autres vers leur propre épanouissement. »

Peggy – Animatrice radio