



LA CONFIANCE &
SES DIFFÉRENTES EXPRESSIONS
CINQUIÈME JOUR

La Franchise

Les dragons de l'air & du feu

La délicatesse du nuage & la précision de l'éclair

diffus comme un nuage ou matérialisé dans un éclair, le dragon choisit toujours exactement la forme qu'il désire

1. C'est le dernier jour pour achever la feuille de ton dragon ou ta dragonnesse! Tu es libre de la compléter comme tu le souhaites
2. Sois zen et efficace!
3. Installe-toi dans la position la plus confortable
4. Prends un petit moment pour simplement ressentir la manière dont tu es assis.e et tes appuis dans le sol, sur ta chaise ou sur ton bureau
5. N'oublie pas que tu es une dragonnesse ou un dragon
 - a. **qui a définitivement toujours raison**
 - b. **qui est libre de changer d'avis sans fournir aucune explication**
6. Respire trois fois profondément & crachotte quelques flammes (si envie)
7. Choisis **les lignes, les formes et les volumes** que tu vas dessiner
8. Imagine-les très précisément dans ta tête avant de commencer
9. Dessine, **sans jamais douter de ton mouvement !**