Evaluation initiale

Le « programme GYE en résumé » peut vous aider à identifier rapidement à quel niveau de lutte vous êtes, et quels sont les outils qui vous aideraient le plus à votre niveau en particulier.

Les 20 Outils

20 outils dans un ordre progressif, en commençant par les méthodes les plus élémentaires et fondamentales pour faire face à cette lutte/ dépendance, et continuant par des méthodes de plus en plus fortes et puissantes.

Les 30 Principes

30 principes pour maintenir la bonne attitude et perspective à l'égard de la lutte pour la pureté.

- **21 principes d'attitude à l'égard de la lutte**
- **9 principes d'attitude à l'égard de l'addiction**