



Date : 22/10/2019

Pages : 348

Format cm : 14 x 22

Prix : 23.0

EAN : 9782845942400

## Oser s'accomplir

12 clés pour être soi

---

Auteur: Marie-Pierre Dillenseger

Éditeur : Mama Éditions

Domaine : Livre pratique

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Art chinois - Exercices - Énergie - Spiritualité - Transsibérien

---

Une approche intemporelle et singulière pour atteindre son plein potentiel.

Savoir être soi au cœur d'un monde de plus en plus pressant est essentiel pour conserver son énergie. Ce livre présente 12 clés issues de la pensée chinoise pour y parvenir en identifiant les pièges qui nous éloignent de nous-même. Combinant sagesse taoïste et pragmatisme contemporain, l'autrice identifie avec finesse 12 chapitres qui opèrent comme un antidote adapté à une situation particulière de questionnement, et propose des solutions concrètes et salvatrices.

---