Les 21 peurs qui empêchent d'aimer

Auteur: Angelo Foley

Éditeur : Albin Michel

Domaine : Livre pratique

Genres : Santé/bien-être/développement personnel - Couple/famille

Mots-Clés : Développement personnel - Romance - Roman feel-good - Chiapas

21 chapitres courts et avec un fort impact, qui exorcisent nos peurs, et des exercices pour faire un pas de plus vers l'amour.

À une époque où les injonctions au bonheur nous paralysent, l'auteur plonge à la racine de nos peurs pour mieux nous en libérer.
21 chapitres incisifs et éclairants qui décortiquent les mécanismes de la peur, leur influence sur la relation de couple et proposent des exercices permettant de prendre conscience de nos blocages intérieurs. Une ode à la vulnérabilité comme une première étape vers la résilience par la reconnaissance de ses émotions.

Droits vendus: Roumanie

Date : 14/10/2020

Pages : 234

Format cm : 14 x 21

Prix : 16.9

EAN : 9782226456045