



Date : 18/01/2024

Pages : 207

Format cm : 14 x 22

Prix : 16.9

EAN : 9782416010699

La patience, une générosité intérieure

S'offrir du temps au jour le jour

Auteur: Helen Monnet

Éditeur : Eyrolles

Domaine : Sciences humaines et sociales

Genres : Essai - Psychologie/psychanalyse

Mots-Clés : Mental - Psychologie - Éthique

Et si la patience avait le pouvoir de nous rendre plus généreux ?

Cultiver la patience au quotidien est devenu, plus que jamais dans notre société, un art qui se perd. Évoluant dans un monde où l'accélération s'impose aux humains et où beaucoup montrent un besoin constant d'immédiateté, nous avons oublié d'explorer pleinement le temps long comme l'instant présent. À travers un regard à la fois psychologique et éthique, Helen Monnet nous délivre ici un véritable mode d'emploi de la patience, pour conduire notre existence de façon plus sereine au quotidien.
