BOOKS FROM FRANCE

Date : 03/05/2024
Pages : 266
Format cm : 14 x 21
Prix : 19.5
EAN : 9782021559255

Le pouvoir du suricate

Apprivoiser nos peurs pour traverser ce siècle

Auteurs: Pablo Servigne (Texte) - Nathan Obadia (Texte) - Mathieu Burniat (Illustrations)

Éditeur : Le Seuil

Domaine :

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Développement personnel - Éco-anxiété

Pablo Servigne et Nathan Obadia invitent à revisiter notre rapport à la peur. Le livre qui réussit la jonction entre développement personnel et collectif.

Les peurs planent sur notre quotidien : peur du réchauffement climatique, peur de l'avenir, peur de ne pas réussir... Elles provoquent anxiété et stress, elles peuvent même paralyser. Nous sommes donc enclins à les fuir ou à les combattre. Pourtant, la peur est avant tout une alerte face au danger, elle a un pouvoir protecteur et mobilisateur. Pourquoi ne pas s'appuyer sur ces peurs pour en tirer le meilleur, pour nous-mêmes et pour les autres ? Avec des vignettes humoristiques de l'illustrateur de bande dessinée Mathieu Burniat.

Ventes en France: 9 000 exemplaires