

Mots clés: telecharger Le pouvoir des petits riens pdf, Le pouvoir des petits riens mobi, Le pouvoir des petits riens epub gratuitement, Le pouvoir des petits riens torrent, Le pouvoir des petits riens lire en ligne.

Le pouvoir des petits riens PDF

Rick Hanson



Ceci est juste un extrait du livre de Le pouvoir des petits riens. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Rick Hanson
ISBN-10: 9782266254892
Langue: Français
Taille du fichier: 3735 KB

LA DESCRIPTION

Rick HANSON est neuropsychologue. Fondateur de l'Institut Wellspring pour les neurosciences contemplatives, il a enseigné à Oxford, à Stanford et à Harvard. Il donne des conférences et anime des formations dans le monde entier. En adoptant des attitudes mentales toutes simples, nous pouvons transformer notre vie intérieure et " muscler " notre cerveau - comme les découvertes en neurosciences l'ont montré. Dans ce livre, Rick Hanson a sélectionné les exercices les plus efficaces pour renforcer, au fil des jours, les fondements de la résilience, du bien-être et de la sérénité. En pratiquant ces " petits riens ", vous nourrissez et révélez ce qu'il y a de meilleur en vous.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Venez découvrir notre sélection de produits le pouvoir des petits riens au meilleur prix sur Priceminister - Rakuten et profitez de l'achat-vente garanti.

A la frontière des neurosciences, de la méditation, et de la psychologie, l'auteur propose des exercices quotidiens destinés à renforcer l'estime de soi, le bien ...

Etrange pouvoir que de redonner le sourire, la confiance, l'envie... Margaux Ce jour là Margaux, étudiante en première année, est venue me voir pour me faire part ...

LE POUVOIR DES PETITS RIENS

[Lire la suite...](#)