

Auteur: Dominique Loreau
ISBN-10: 9782081379336
Langue: Français
Taille du fichier: 2939 KB

LA DESCRIPTION

L'Art de l'essentiel est une proposition de libération et d'épuration du superflu. Entendez par là un désencombrement au quotidien aussi bien physique que mental. Dominique Loreau distingue d'abord la préparation du désencombrement qui s'effectue par un bilan et une introspection de soi, puis la mise en place de ce désencombrement : jeter, oser se débarrasser, ne plus être esclave de ses objets. C'est une véritable méthode qui est proposée ici pour parvenir à l'essentiel.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

L'art de l'essentiel - Jeter l'inutile et le superflu pour faire de l'espace en soi ... Jeter l'inutile et le superflu pour faire de l'espace en soi ...

L'art de l'essentiel. Jeter l'inutile et le superflu pour faire de l'espace en soi - Dominique Loreau - 9782290018552

Détails sur le L'art de l'essentiel : Jeter l'inutile et le superflu pour faire de l'espace en soi - Si vous avez décidé de trouver ou lire ce livre, ci ...

**L'ART DE L'ESSENTIEL ; JETER L'INUTILE ET LE SUPERFLU POUR FAIRE DE
L'ESPACE EN SOI**

[Lire la suite...](#)