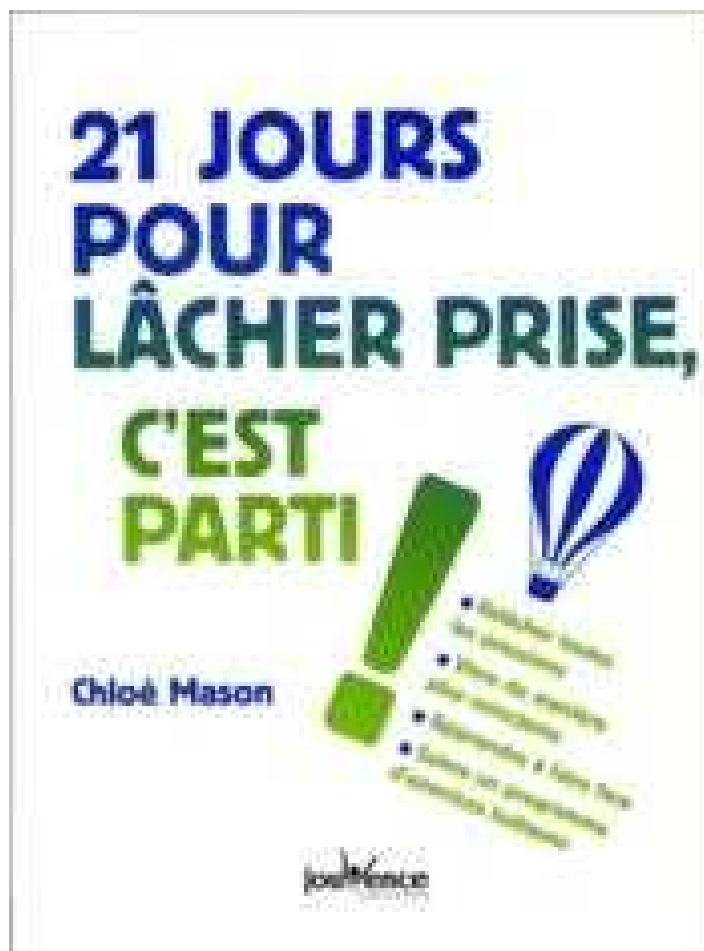


## 21 jours pour lâcher prise, c'est parti ! PDF

Mason, Chloe



*Ceci est juste un extrait du livre de 21 jours pour lâcher prise, c'est parti !. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



**DOWNLOAD PDF**

Auteur: Mason, Chloe  
ISBN-10: 9782889118748  
Langue: Français  
Taille du fichier: 1401 KB

## LA DESCRIPTION

21 jours pour relâcher toutes les pressions ! Votre cerveau tourne toujours à plein régime, vous vous imaginez des scénarios catastrophes, vous vous "prenez la tête"...STOP ! Il est temps de lâcher prise, de vous libérer du flux incessant de vos pensées, de ce trop-plein d'émotions, de doutes et de peurs qui vous mine ! Cette rumination mentale est épuisante physiquement et mentalement, et elle est mauvaise pour la santé. Ce livre est une invitation au changement, il vous propose de vivre une expérience unique qui va vous faire évoluer et vous guider vers une vie plus harmonieuse et authentique : chaque jour, réfléchissez sur un thème, découvrez une citation, un mantra et deux exercices ludiques. Cessez d'être dans la résistance et le contrôle, apprenez à vous libérer, à vous ouvrir à la vie, à lui faire confiance et à la vivre pleinement. Vous rêvez de ne plus vous "prendre la tête" et de vivre léger ? C'est parti !

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Vite ! Découvrez La loi de dieu ; histoire philosophique d'une a... ainsi que les autres livres de Remi Brague au meilleur prix sur Cdiscount. Livraison rapide !

Retrouvez tous les livres La Loi De Dieu - Histoire Philosophique D'une Alliance de Rémi Brague sur Rakuten.

## **21 JOURS POUR LÂCHER PRISE, C'EST PARTI !**

[Lire la suite...](#)