



**LISE BOURBEAU**

*L'auteure aux 7 millions  
de livres vendus!*

Livre

**Auteur(s)** : Bourbeau, Lise (1941-...) (Auteur)

**Titre(s)** : Ecoute ton corps, encore ! / Lise Bourbeau.

**Editeur(s)** : Paris : J'ai lu, 2023.

**Collection(s)** : (J'ai lu : bien-être : développement personnel ; 13624).

**Résumé** : Lise Bourbeau, pionnière du développement personnel et auteure de l'incontournable Ecoute ton corps, partage avec ses lecteurs dans ce nouvel ouvrage encore plus d'enseignements inspirants et d'exercices pratiques. A l'appui d'une méthode simple, concrète et efficace, éprouvée au sein de sa célèbre école Ecoute Ton Corps, Lise Bourbeau vous apprend à écouter votre corps tout en vous accomplissant dans trois directions fondamentales de la vie : "Etre", "Avoir" et "Faire". Ce livre vous aidera à découvrir ce dont vous avez besoin pour être heureux et à mener les actions nécessaires afin d'obtenir encore plus de joie, de paix, de sérénité, de santé, ainsi que la réalisation de vos rêves et de vos aspirations les plus profondes.

: Série : Ecoute ton corps.

**Sujet(s)** : Réalisation de soi

**Indice(s)** : 158.1

**Collation** : 1 vol. (443 p.). 18 cm



#### Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Neufchâteau	Adultes	documentaire	Sorti	158.1 BOU	12/07/2024	088120005381 08