

Christophe
André

ET N'OUBLIE PAS
D'ÊTRE HEUREUX
ABÉCÉDAIRE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE



Livre

Auteur(s) : André, Christophe (1956-...) (Auteur)

Titre(s) : Et n'oublie pas d'être heureux : abécédaire de psychologie positive / Christophe André.

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, impr. 2014 (53-Mayenne : Impr. Floch).

Résumé : "N'aie pas peur d'être heureux. Ne t'inquiète pas de savoir si ton bonheur cessera un jour : il cessera. Mais ne te désespère pas : il reviendra, toujours. Ne t'inquiète donc pas et savoure plutôt chaque instant de ta vie. Souris, fais de ton mieux, et surtout : n'oublie pas d'être heureux." C. A. Dans cet ouvrage très personnel, Christophe André nous accompagne sur le chemin d'une vie plus épanouie, plus heureuse et plus sage, pour mieux traverser les hivers et les étés de notre existence. Parcours de conseils et d'exercices, cet abécédaire constitue une méthode passionnante et convaincante pour apprendre à vivre heureux.

Notes : Bibliogr. p. 379-393.

Sujet(s) : Bonheur Réalisation de soi Miscellanées

Indice(s) : 158.1

Collation : 1 vol. (399 p.). couv. ill. en coul.. 22 cm



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Liffol le grand	Adultes	documentaire	En transit	158.1 AND		088120004508 25