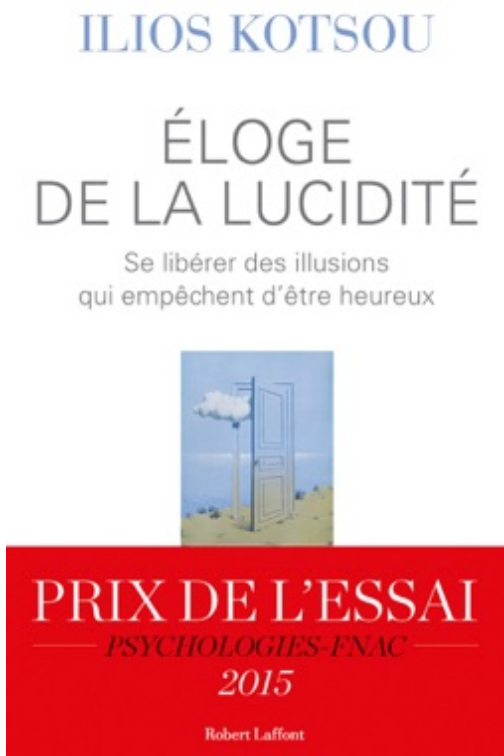


# Télécharger Livres Gratuit Éloge de la lucidité (PDF | ePub | Mobi) Ilios Kotsou download-free



Le bonheur semble le nouveau Graal de notre époque : plus nous le cherchons, plus il semble se refuser à nous. À force de croire, comme notre société de consommation nous le fait miroiter, qu'une vie heureuse est une suite de plaisirs continus, de réussites et de performances personnelles, nous vivons des déceptions constantes, et nous nous sentons responsables de nos échecs.

Il est urgent d'ouvrir les yeux. Ilios Kotsou se propose de déconstruire quatre grandes illusions sur la nature du bonheur : chercher à éviter toute forme d'inconfort ou toute souffrance (la voie vers plus de souffrance encore) ; la nécessité d'avoir toujours des pensées positives (qui appelle le refoulement et une forme de contrôle sur soi impossible) ; la course éperdue à l'estime de soi et à la perfection (qui crée de nombreux dégâts narcissiques) ; celle enfin de l'épanouissement personnel (qui nous rend tristement nombrilistes).

Ces illusions nous piègent, ont des effets pervers sur nos vies, sur l'image que nous nous forgeons de nous-mêmes et des autres. Car ce qui peut réellement nous rendre heureux, nous donner une vraie liberté, appelle une douceur envers soi et

envers ceux qui nous entourent, une tolérance de nos limites humaines universelles, de notre fragilité inhérente, un détachement de soi et une compréhension plus profonde de la nature de nos émotions.

Un livre qui ne propose ni " recettes " ni " solutions ", mais une sorte d'" atlas ", de géographie émotionnelle, pour entreprendre le voyage de notre vie avec joie et lucidité sans nous perdre en chemin. Pour accepter notre vulnérabilité comme un trésor et découvrir le sens, l'essence et la valeur réels de notre existence.

<b>Title</b>	:	Éloge de la lucidité
<b>Author</b>	:	Ilios Kotsou
	:	
	:	
	:	
	:	
	:	
<b>File Size</b>	:	1.43MB

[Télécharger Livres Gratuit Éloge de la lucidité \(PDF | ePub | Mobi\) Ilios Kotsou download-free](#)



# Télécharger Livres Gratuit Éloge de la lucidité (PDF | ePub | Mobi) Ilios Kotsou download-free

[Télécharger Livres Gratuit Éloge de la lucidité \(PDF | ePub | Mobi\) Ilios Kotsou download-free](#)

**ÉLOGE DE LA LUCIDITÉ PDF** - Are you looking for eBook Éloge de la lucidité PDF? You will be glad to know that right now Éloge de la lucidité PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Éloge de la lucidité or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Éloge de la lucidité PDF may not make exciting reading, but Éloge de la lucidité is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Éloge de la lucidité PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Éloge de la lucidité PDF. To get started finding Éloge de la lucidité, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of ÉLOGE DE LA LUCIDITÉ PDF, click this link to download or read online:

[Télécharger Livres Gratuit Éloge de la lucidité \(PDF | ePub | Mobi\) Ilios Kotsou download-free](#)

# 1000 livres les plus vendus [GRATUIT]