



Livre

Auteur(s) : Garnier, Stéphane (Auteur)

Titre(s) : Agir et penser comme un chat : libre, calme, curieux, observateur, confiant, tenace, prudent, élégant, silencieux, charismatique, fier, indépendant... / Stéphane Garnier.

Editeur(s) : Paris : L'Opportun, 2011.

Résumé : En observant son chat Ziggy, S. Garnier nous aide à mieux vivre. Apprendre à lâcher prise, à s'imposer, se consacrer à l'essentiel, développer son charisme, rester hermétique au jugement, cultiver son indépendance... Les leçons à tirer du comportement du chat sont nombreuses et tellement bénéfiques ! Nous avons toutes et tous à apprendre du chat : son attitude, ses aspirations, sa liberté doivent nous inspirer. Laissez-vous guider et soyez à votre tour curieux, zen, exigeant, indépendant, élégant... A vous d'exprimer au quotidien votre liberté d'agir et de penser avec pour seul objectif, votre bien-être.

Sujet(s) : Chat : Thérapie Développement personnel : Guide Stress

Indice(s) : 158.1



Exemplaires

Section	Localisation	Situation	Code barre	Cote	Site	Titre	Auteur
Recherche et Découverte	Vie de l'être humain	En rayon	09502000753034	158.1 GAR	Médiathèque Boris Vian	Agir et penser comme un chat	Garnier, Stéphane